

**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN
DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA SISWA PESERTA
EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA
DI SMP NEGERI 1 MLATI
TAHUN 2015/2016**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagai Prasyarat
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Rama Saputra
NIM 12601244121

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mlati 2015/2016” yang disusun oleh Rama Saputra, NIM 12601244121 ini telah disetujui oleh Pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 12 Mei 2016

Dosen Pembimbing,



Drs. Agus Sumhendartin S, M.Pd

NIP. 19581217 198803 1 001

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mlati 2015/2016” ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 12 Mei 2016

Yang Menyatakan,

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, stylized 'R' followed by a series of vertical strokes and a horizontal line at the bottom.

Rama Saputra

NIM. 12601244121

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mlati Tahun 2015/2016” yang disusun oleh Rama Saputra, NIM 12601244121 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 23 Mei 2016 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Drs. Agus S. S, M.Pd	Ketua Peguji		13/6-2016
Fathan Nurcahyo, M.Or	Sekretaris Penguji		14/6-2016
Dr. Guntur	Penguji I (Utama)		13/6-2016
Ermawan Susanto, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		14/6-2016

Yogyakarta, Juni 2016
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M. Ed

NIP. 19640707 198812 1 001

HALAMAN MOTTO

- ✓ Untuk menggapai sebuah kesuksesan menghargai hal-hal kecil dan selalu menghargai semua yang ada di sekitar kita.(Rama Saputra)
- ✓ Senantiasa bersyukur dengan apa yang sudah diperoleh. (Rama Saputra)
- ✓ Berawal dari hal sederhana dan menjadi hal yang luar biasa dengan tekan yang kuat. (Rama Saputra)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya yang sederhana ini dipersembahkan kepada orang-orang yang punya makna bagi penulis, antara lain:

- 👉 Ayahanda Paimin dan Ibunda Partinah, kedua orang tua saya yang selalu mendoakan terbaik untuk anak-anaknya, memberikan dukungan serta kasih sayang yang tidak terhingga.
- 👉 Saudara saya Fannisa Amanda Putri yang selalu memberi dukungan dan semangat dalam menyelesaikan tugas skripsi ini.
- 👉 Retmasari Cindy Velita Perdana yang memberikan semangat moral untuk menyelesaikan skripsi ini dan senantiasa aku repotkan terimakasih untuk semuanya RCVP.

**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN
DENGAN KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA SISWA PESERTA
EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA
DI SMP NEGERI 1 MLATI
TAHUN 2015/2016**

Oleh:
Rama Saputra
NIM.12601244121

ABSTRAK

Kemampuan menggiring bola siswa SMP Negeri 1 Mlati masih kurang hal ini dikarenakan kurangnya dukungan dari faktor fisik seperti koordinasi mata-kaki dan kelincahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Mlati.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional menggunakan metode survai dengan instrumen tes dan pengukuran sedangkan pengumpulan data yaitu menggunakan tes koordinasi mata-kaki (Ngatman, 2001: 25), kelincahan (Ismayanti, 2008:53) dan menggiring bola (Mielke, 2007:8). Subjek penelitian ini siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Mlati berjumlah 30 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dengan nilai r_{xy} 0,436 dan nilai signifikansi yang diperoleh $0,016 < 0,05$. 2) Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan prestasi kemampuan menggiring bola dengan nilai r_{xy} 0,528 dan nilai signifikansi yang diperoleh $0,03 < 0,05$. 3) Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dan nilai kelincahan dengan kemampuan menggiring bola

Kata kunci: *koordinasi mata-kaki, kelincahan, kemampuan menggiring bola*

KATA PENGANTAR

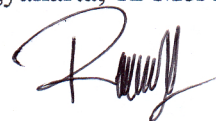
Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi. Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi dengan judul “Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mlati Tahun 2015/2016” tidak lepas atas bantuan, dorongan, dan saran dari semua pihak, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M. Pd. MA selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk belajar di UNY.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi izin untuk melakukan penelitian.
3. Bapak Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes selaku Ketua Jurusan PJKR FIK UNY yang senantiasa memberikan kemudahan dalam penelitian.
4. Drs. Agus Sumhendartin S, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan petunjuk kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Moch Slamet .M.S selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan nasehat dan dorongan untuk menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak/Ibu Dosen dan Staf Tata Usaha Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Bapak Jamhari, S.Pd selaku guru Penjasorkes SMP Negeri 1 Mlati yang telah memberikan bantuan dan saran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh bapak dan ibu guru SMP N 1 Mlati yang sudah membantu penulis dalam pengambilan data, sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini.
9. Siswa-siswi kelas VII, VIII dan IX, yang bersedia meluangkan waktu dan tenaga untuk menjadi sampel dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman PJKR E'CLASS angkatan 2012 yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.

Atas segala bantuan dan pengorbanan yang telah diberikan, maka penulis mengucapkan banyak terima kasih semoga amal dan bantuannya mendapat balasan dari Allah SWT. Berharap semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 12 Mei 2016



Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
 BAB I. PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
 BAB II. KAJIAN PUSTAKA	 9
A. Deskripsi Teori	9
1. Hakikat Sepakbola	9
2. Menggiring Bola dalam Sepakbola	14
3. Faktor-faktor Fisik yang Mempengaruhi Menggiring Bola	21
4. Koordinasi	22
5. Hakikat Kelincahan	27
6. Hakikat Ekstrakurikuler.....	29
7. Karakteristik Siswa SMP	32
B. Penelitian yang Relevan	38
C. Kerangka Berpikir	40
D. Hipotesis Penelitian	40
 BAB III. METODE PENELITIAN.....	 42

A. Desain Penelitian	42
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	42
1. Kemampuan Menggiring Bola	43
2. Koordinasi Mata-kaki	43
3. Kelincahan.....	44
C. Subyek Penelitian	44
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	44
1. Instrumen Penelitian	44
2. Teknik Pengumpulan Data	50
E. Teknik Analisis Data	50
1. Uji Persyaratan Analisis Data	51
2. Uji Hipotesis	52
 BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 56
A. Deskripsi Tempat, Waktu, dan Subjek Penelitian	56
1. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	56
2. Deskripsi Waktu Penelitian.....	56
3. Deskripsi Subjek Penelitian	56
B. Hasil Penelitian	58
1. Deskripsi Hasil Penelitian Koordinasi Mata-Kaki	58
2. Deskripsi Hasil Penelitian Kelincahan	59
3. Deskripsi Hasil Penelitian Menggiring Bola	60
C. Analisis Data.....	61
1. Uji Prasyarat.....	62
2. Uji Hipotesis	62
3. Analisis Uji Hipotesis dengan Regresi Ganda	64
D. Pembahasan	65
1. Hubungan antara Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mlati	65
2. Hubungan antara Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mlati	66
3. Hubungan antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mlati.....	67
 BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	 68
A. Kesimpulan	68
B. Implikasi Hasil Penelitian	69
C. Keterbatasan Hasil Penelitian	69
D. Saran	70
 DAFTAR PUSTAKA	 71
 LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	 73

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Prestasi Sepakbola	3
Tabel 2.	Statistik Hasil Koordinasi Mata-Kaki	58
Tabel 3.	Deskripsi Hasil Koordinasi Mata-Kaki	58
Tabel 4.	Statistik Hasil Kelincahan	59
Tabel 5.	Deskripsi Hasil Kelincahan	59
Tabel 6.	Statistik Hasil Menggiring Bola	60
Tabel 7.	Deskripsi Hasil Menggiring Bola	60
Tabel 8.	Uji Normalitas	61
Tabel 9.	Tabel F	62
Tabel 10.	Uji Hipotesis Pertama	62
Tabel 11.	Uji Hipotesis Kedua	63
Tabel 12.	Uji Hipotesis dengan Regresi Ganda	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Lapangan Sepakbola.....	10
Gambar 2.	Teknik Dasar Menendang Bola	10
Gambar 3.	Teknik Dasar Menghentikan Bola	11
Gambar 4.	Teknik Dasar Menggiring Bola	11
Gambar 5.	Teknik Dasar Menyundul Bola	11
Gambar 6.	Teknik Dasar Melempar Ke Dalam Bola	12
Gambar 7.	Gerakan Menggiring dengan Kaki Bagian Dalam.....	18
Gambar 8.	Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Luar.....	19
Gambar 9.	Menggiring Bola dengan Punggung Kaki.....	21
Gambar 10.	Desain Hubungan antara Variabel Bebas dan Variabel Terikat	42
Gambar 11.	Instrumen Menggiring Bola.....	46
Gambar 12.	Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Kaki	47
Gambar 13.	Pelaksanaan <i>Dodging Run Test</i>	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Ijin Penelitian	74
Lampiran 2.	Surat Keterangan	76
Lampiran 3.	Daftar Hadir Peserta Ekstrakurikuler	77
Lampiran 4.	Instrumen Penelitian	79
Lampiran 5.	Data Kasar	84
Lampiran 6.	Analisis Data	87
Lampiran 7.	Dokumentasi	94

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan faktor utama pembentukan kepribadian manusia. Pendidikan sangat berperan membentuk baik atau buruknya pribadi manusia menurut ukuran normatif. Menyadari akan hal tersebut, pemerintah akan sangat serius menangani bidang pendidikan, sebab dengan sistem pendidikan yang baik diharapkan muncul generasi penerus bangsa yang berkualitas dan mampu menyesuaikan diri untuk hidup bermasyarakat, berbangsa dan bernegara.

Di Indonesia sendiri menerapkan 3 program pendidikan, yaitu: intrakurikuler, ekstrakurikuler, dan kokurikuler. Kegiatan intrakurikuler adalah program pengajaran yang tersusun berupa label mata pelajaran, penjabaran waktu, dan penyebaran di setiap kelas dan satuan pelajaran. Kegiatan kokurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran biasa, yang bertujuan agar siswa lebih memperdalam dan lebih menghayati apa yang dipelajari pada kegiatan intrakurikuler. Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuannya di berbagai bidang di luar bidang akademik.

Seperti yang tercantum dalam silabus pendidikan jasmani untuk SMP bahwa pembelajaran permainan sepakbola tiap semesternya hanya empat pertemuan untuk pembelajaran sepakbola jelas sangat kurang untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar sepakbola sesuai dengan yang

tercantum dasar permainan dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya dan untuk kompetensi dasar adalah: Menunjukkan untuk kerja ketrampilan *lokomotor* dan *manipulatif* dalam salah satu nomor olahraga beregu bola besar (sepakbola, bolavoli, bolabasket) dengan kontrol yang baik. Oleh karena itu, kurikulum sudah memberikan jalan keluar untuk mengatasi kekurangan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, yaitu dengan dilaksanakan program kokurikuler olahraga seperti (sepakbola, bola besar, beladiri, dan lain-lain). Bila kegiatan ekstrakurikuler dapat dilaksanakan dengan baik, terarah, terencana, dan berkesinambungan, diharapkan dapat mendukung pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga, meningkatkan kesegaran jasmani siswa. Keberhasilan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah tersebut tentunya harus didukung oleh beberapa faktor. Faktor tersebut seperti ketersediaan alat dan fasilitas yang memadai, kecakapan guru pendidikan jasmani dan kesehatan serta guru pembimbing kegiatan ekstrakurikuler dalam memberikan materi maupun kemampuan siswa untuk mengikuti pelajaran.

Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati merupakan salah satu sekolah yang menyelenggarakan ekstrakurikuler olahraga yang bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa dan meningkatkan prestasi. Selain itu untuk membentuk kepribadian siswa, dan sebagai wadah penyaluran bakat, minat untuk mencapai prestasi. Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati menyelenggarakan berbagai macam ekstrakurikuler olahraga diantaranya sepakbola, bolavoli, bolabasket. Adanya kegiatan ekstrakurikuler maka akan terjadi pembinaan yang berkesinambungan dan bukan tidak mungkin bakat

yang terpendam dari seorang siswa dapat tergali dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Sepakbola merupakan salah satu ekstrakurikuler yang diminati siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati, terbukti yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola 40 anak yang terdiri atas kelas VII, VIII dan kelas IX. Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan satu minggu satu kali yang dilaksanakan hari Selasa pukul 15.00 WIB di lapangan desa Tirtoadi, akan tetapi kegiatan ekstrakurikuler sering terkendala, seperti lapangan yang digunakan oleh pemerintah desa berbagai kegiatan, bola yang dimiliki sekolah sejumlah 4 buah bola, *coon* yang dimiliki sekolah 30 buah, pancang yang dimiliki sekolah 20 buah, rompi sekolah sejumlah 15 buah.

Pelatih ekstrakurikuler sepak bola berasal dari luar ada 2 yaitu bapak Abi dan bapak Sunar akan tetapi pelatih sering tidak datang karena mereka punya kesibukan dan sering ada kepentingan mendadak jadi materi yang disampaikan kurang maksimal, apabila pelatih datang materi yang diberikan lebih ke taktik-taktik bermain . Jadi materi yang diberikan kurang beragam.

Tabel 1. Prestasi sepakbola

No	Event	Tahun	Hasil
1.	O2SN Tingkat SMP	2012	Kalah babak penyisihan
2.	O2SN Tingkat SMP	2013	Kalah babak penyisihan
3.	O2SN Tingkat SMP	2014	Kalah babak penyisihan
4.	O2SN Tingkat SMP	2015	Lolos kecamatan

Sumber: Jamhari S.Pd SMP NEGERI 1 Mlati tahun 2016

Dalam permainan sepakbola, menggiring bola sangat diperlukan apabila tidak ada kesempatan untuk mengoper bola pada teman. Gerakan menggiring bola harus dilakukan secara cepat, sehingga dengan koordinasi mata-kaki dalam menggiring bola tersebut dapat menghindari serangan lawan.

Menggiring bola juga dipengaruhi oleh faktor-faktor fisik yaitu:

a. kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (M.Sajoto, 1995:8). Oleh karena itu seseorang yang mempunyai kecepatan tinggi dapat melakukan suatu gerakan yang singkat atau dalam waktu yang pendek setelah menerima rangsang. Kecepatan disini dapat didefinisikan sebagai laju gerak berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh. Kecepatan siswa-siswa di SMP NEGERI 1 Mlati masih dirasa buruk maka dari itu kemampuan menggiring siswa masih kurang.

b. daya lentur

Daya lentur adalah efektivitas seseorang dalam menyesuaikan diri untuk segala aktivitas dengan pengukuran tubuh yang luas. Hal ini akan sangat mudah ditandai dengan tingkat fleksibilitas persendian pada seluruh permukaan tubuh (M. Sajoto, 1995:9). Kelenturan menyatakan kemungkinan gerak maksimal yang dapat dilakukan oleh suatu persendian. Jadi meliputi hubungan antara tubuh persendian umumnya tiap persendian mempunyai kemungkinan gerak tertentu

sebagai akibat struktur anatominya. Daya lentur yang dimiliki siswa masih kurang karena jarang mendapatkan latihan fisik oleh karena itu kemampuan menggiring bola siswa masih kurang.

c. Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu, seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik (M. Sajoto, 1995:9). Kelincahan siswa masih kurang sekali pergerakan mereka masih lambat untuk mengubah satu posisi ke posisi yang lain.

d. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan organ-organ syaraf otot (M. Sajoto, 1995:9). Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap tubuh yang pada saat melakukan gerakan tergantung pada kemampuan integrasi antara kerja indera penglihatan, kanalis semis kuralis pada telinga dan reseptor pada otot.

Dari pendapat di atas menunjukkan unsur teknik menggiring bola sangat diperlukan dalam permainan sepakbola. Sedangkan kemampuan menggiring bola juga merupakan unsur terpenting dalam permainan sepakbola, namun juga memiliki banyak unsur koordinasi mata-kaki dan kelincahan. Dengan pertimbangan hal di atas maka peneliti merasa perlu membuktikan dengan mengadakan penelitian yang berjudul: “Hubungan

Antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa Peserta Sepakbola Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mlati Tahun 2015/2016”.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan uraian di atas yang dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sehubungan dengan kemampuan menggiring bola dalam sepakbola.

1. Materi yang diberikan pelatih ekstrakurikuler belum memenuhi kriteria.
2. Latihan ekstrakurikuler masih banyak mengalami kendala pelatih yang sering tidak datang.
3. Masih belum optimalnya ekstrakurikuler sepakbola yang hanya dilaksanakan melalui kegiatan ekstrakurikuler pendidikan jasmani yang hanya dilaksanakan 4 kali pertemuan setiap semesternya.
4. Belum diketahui hubungan koordinasi dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola.

C. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas maka perlu kiranya diberikan pembatasan masalah agar penelitian ini tidak terlalu luas. Maka dalam penelitian ini peneliti hanya membatasi masalah pada hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola siswa peserta sepakbola ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mlati Tahun 2015/2016.

D. Rumusan Masalah

Identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Adakah hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola?
2. Adakah hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola?
3. Adakah hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola?

E. Tujuan Penelitian

Mengacu pada perumusan masalah di atas, maka tujuan yang akan hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola.
2. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.
3. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoretis
 - a. Bagi Sekolah, Guru Pendidikan Jasmani, dan Pelatih Ekstrakurikuler

Dapat dipakai sebagai bahan kajian dalam pengembangan dan meningkatkan keterampilan sepakbola khususnya dalam menggiring bola.

b. Bagi Siswa

Sebagai penambah ilmu dan wawasan dalam bidang teknik dasar sepakbola.

c. Bagi Masyarakat Umum

Menjadi paham bahwa penting dalam melakukan latihan menggiring bola.

2. Secara Praktis

a. Bagi Sekolah, Guru Pendidikan Jasmani, dan Pelatih Ekstrakurikuler

Sebagai bahan perbandingan terhadap faktor-faktor yang berkaitan dengan peningkatan kemampuan menggiring bola.

b. Bagi Siswa

Meningkatkan ketrampilan sepakbola khususnya koordinasi mata-kaki dan kelincahan dalam menggiring bola.

c. Bagi Masyarakat Umum

Dapat mengerti dan mengenal bagaimana cara untuk melatih menggiring bola.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi teori

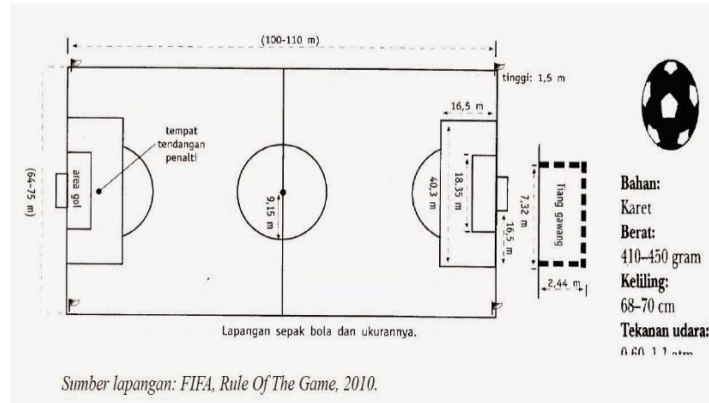
1. Hakikat Sepakbola

a. Pengertian Sepakbola

Permainan sepakbola merupakan permainan yang sering kita jumpai di desa maupun di kota-kota besar. Permainan sepak bola ini merupakan permainan beregu karena dimainkan oleh 11 orang dari masing-masing regunya, dari anak-anak sampai orang-orang dewasa menggemari dan menyenangi permainan ini, karena untuk bermain sepakbola tidak harus mengeluarkan biaya dan dapat dilaksanakan di tempat-tempat terbuka sekalipun bukan lapangan sebenarnya.

Luxbacher (1998:2), menjelaskan bahwa sepakbola dimainkan dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 orang. Masing-masing tim mempertahankan sebuah gawang dan mencoba menjebol gawang lawan. Sepakbola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu beranggotakan 11 pemain termasuk penjaga gawang. Permainan boleh menggunakan seluruh anggota badan kecuali dengan kedua lengan tangan. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang yang dalam memainkan bola bebas menggunakan seluruh anggota badanya, baik kaki maupun tangan. Jenis permainan ini bertujuan untuk menguasai bola dan memasukkan bola ke dalam gawang lawannya

sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola (Abdul Rohim, 2008: 1.3).

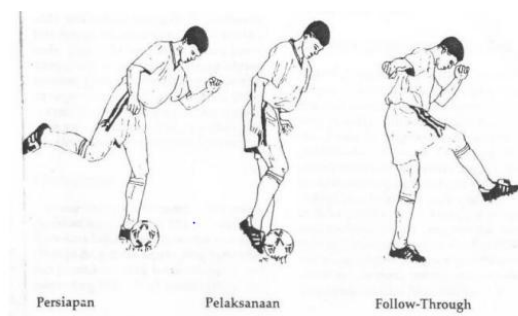


Gambar 1. Lapangan Sepakbola

b. Teknik Dasar Sepakbola

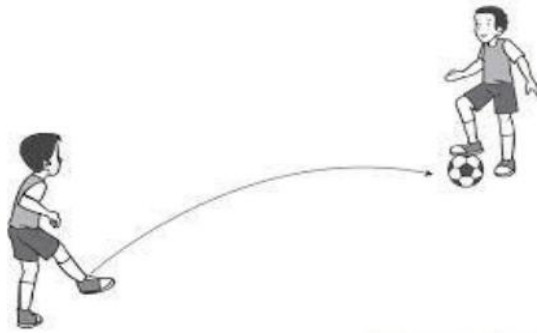
Menurut Abdul Rohim (2008:7), untuk menjadi pemain sepakbola yang baik tentu saja harus mengetahui teknik-teknik bermain sepakbola yang terdiri atas:

1) teknik dasar menendang bola



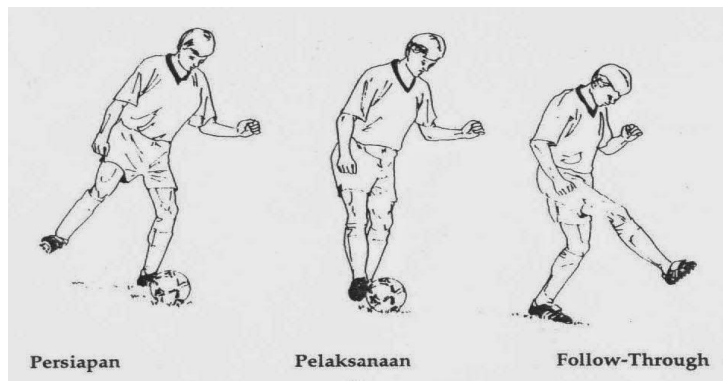
Gambar 2. Teknik Dasar Menendang Bola (Sucipto, dkk, 2000:17)

2) teknik dasar menghentikan bola



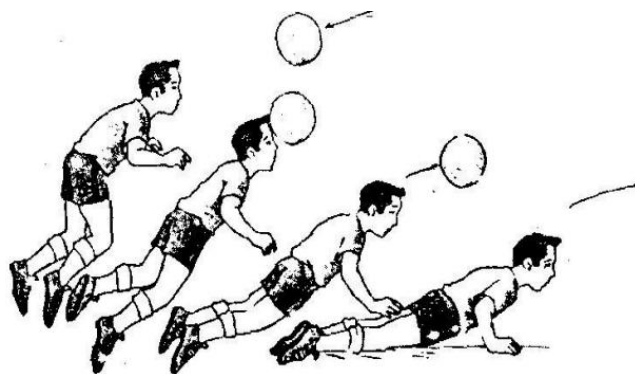
Gambar 3. Teknik Dasar Menghentikan Bola (Sucipto, dkk, 2000:22)

3) teknik dasar menggiring bola



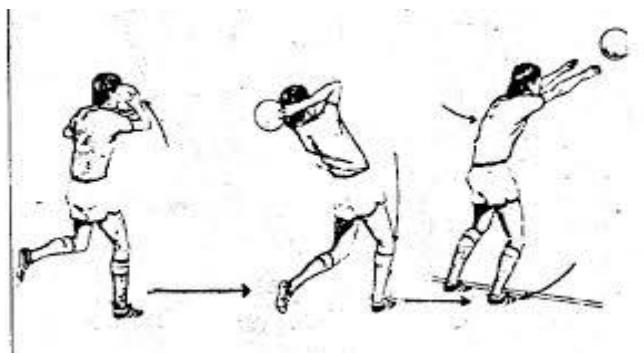
Gambar 4. Teknik Dasar Menggiring Bola (Sucipto, dkk, 2000:18)

4) teknik menyundul bola



Gambar 5. Teknik Dasar Menyundul Bola (Sucipto, dkk, 2000:25)

5) teknik dasar melempar ke dalam



Gambar 6. Teknik Dasar Melempar Ke Dalam Bola (Sucipto, dkk, 2000:27)

Pada dasarnya permainan sepakbola merupakan suatu usaha untuk menguasai bola dan untuk merebut kembali apabila dikuasi oleh lawan. Oleh karena itu, untuk dapat bermain sepakbola harus menguasai teknik-teknik dasar sepakbola yang baik. Untuk menghasilkan permainan sepakbola yang optimal, maka seorang pemain harus dapat menguasai teknik-teknik dalam permainan. Teknik dasar bermain sepakbola adalah merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan atau mengerjakan sesuatu yang terlepas sama sekali dari permainan sepakbola.

Menurut Komarudin (2005:38), secara garis besar teknik dasar sepakbola terdiri dari dua bagian besar, yaitu teknik tanpa bola (teknik badan) dan teknik dengan bola.

1) Teknik Badan (Teknik Tanpa Bola)

Yang dimaksud dengan teknik badan adalah cara pemain menguasai gerak tubuhnya dalam permainan, dalam hal ini menyangkut cara lari, cara melompat, dan gerak tipu badan. Cara berlari dalam permainan sepakbola mempunyai teknik tersendiri,

yaitu lari dengan langkah-langkah pendek dan cepat. Lari dengan bagian depan telapak kaki memungkinkan hal itu.

Dengan cara lari yang demikian langkah-langkah kaki akan lebih ringan, perubahan arah lebih mudah dilakukan, dan gerakan *eksplosif* hanya dapat dilakukan jika pemain siap dengan berat badan bertumpu pada telapak kaki bagian depan tersebut. Lari dengan seluruh telapak kaki berpijak di tanah (*flat*), akan menyulitkan langkah pendek dan cepat, merubah arah atau untuk berhenti secara tiba-tiba. Akan lebih sulit lagi untuk melakukan gerakan *eksplosif* seperti yang dituntut dalam permainan sepakbola.

Cara melompat dalam sepakbola terutama bertujuan untuk menyundul bola. Dalam perebutan bola, pemain perlu melompat lebih tinggi dari lawannya dan juga melakukan *timing* yang pas dalam melakukan lompatan agar dapat lebih dahulu menyundul bola daripada lawan. Selain itu juga diperhatikan cara mendarat setelah melompat. Mendarat sebaiknya sedapat mungkin dilakukan dengan satu kaki, tujuannya agar begitu mendarat pemain dapat segera melakukan gerakan selanjutnya tanpa membuang masa.

Gerak tipu badan dapat dilakukan pemain dalam usaha untuk melewati lawan, pemain dapat melakukan gerakan-gerakan yang tidak terduga dengan tubuhnya, baik dengan gerakan, badan, bahkan terkadang dengan gerakan kepala. Gerakan tipuan ini

merupakan gerakan berhenti secara tiba-tiba pun termasuk gerak tipu badan. Prinsip dari gerak tipu badan adalah semakin tidak terduga gerakan tersebut semakin baik.

2) Teknik dengan Bola

Agar menjadi pemain sepakbola yang baik, selain harus menguasai teknik dengan bola harus lebih dikuasai. Gerakan-gerakan dengan bola pada permainan sepakbola merupakan gerakan inti dan sangat dominan, sebab bermain sepakbola memang menggunakan bola, menyundul bola, melempar bola, gerak tipu dengan bola, merampas atau merebut bola, teknik khusus penjaga gawang dan menggiring bola.

2. Menggring Bola Dalam Permainan Sepakbola

a. Peraturan

Menurut Sardjono (1982:76), menggiring bola diartikan dengan seni menggunakan beberapa bagian dari kaki untuk mengontrol atau menggulirkan bola terus-menerus di tanah sambil lari. Sementara itu Luxbacher (1998) menyatakan bahwa menggiring bola dalam sepakbola memiliki fungsi yang sama dengan bolabasket yaitu memungkinkan pemain untuk mempertahankan bola saat berlari melintasi lawan atau maju ke ruang yang terbuka.

Penggring bola yang baik harus selalu memperhatikan situasi permainan, teman atau lawan. Oleh karena itu dalam menggiring bola, kepala harus selalu tegak memperhatikan permainan, sehingga pada

saat melakukan tendangan tepat pada sasaran yang diinginkan. Apabila pada saat menggiring bola kepala selalu menunduk memperhatikan bola, tanpa memperhatikan sekelilingnya, maka saat melakukan tendangan hasilnya kurang baik. Jadi dapat dinyatakan seorang pemain bola pada saat menggiring bola kepala harus tegak memperhatikan sekelilingnya.

Menurut (Mielke, 2007:2), *dribbling* adalah keterampilan dasar dalam sepakbola karena semua pemain harus mampu menguasai bola saat sedang bergerak, berdiri, atau bersiap melakukan operan atau tembakan. Menurut John D.Tenang (2007:75) menggiring artinya melakukan beberapa sentuhan pada bola. Mengging bola yang berlebihan juga kadang dapat mengurangi efektivitas permainan, menghancurkan kerjasama tim untuk menciptakan gol. Menurut Timo Scheneumann (2006:47), bahwa memiliki *skill* menggiring bola memang penting, tapi pemain hendaknya tidak lupa bahwa menggiring bola sangat menguras tenaga dan sering menghambat tempo.

Menurut Arma Abdoellah (1984:42), bahwa menggiring bola dapat diartikan seni mengamankan beberapa bagian kaki dengan menyentuh dan menggulingkan beberapa bagian kaki dalam menyentuh atau menggulingkan kaki terus-menerus di tanah sambil berlari. Sedangkan menurut Ilyas Hadede Ismail Tola (1991:50) mendefinisikan sebagai berikut: “menggiring bola ialah membawa bola ke dalam kontrol

sambil berlari bola tetap dalam penguasaan (bola berada di dekat kaki)”.

Dari pendapat-pendapat di atas, keterampilan menggiring bola dapat diartikan kemampuan seseorang untuk menggunakan kakinya, mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah dengan waktu yang sesingkat-singkatnya.

b. Prinsip-prinsip Menggiring Bola

Teknik menggiring bola tidak selalu dilakukan oleh pemain sepakbola, akan tetapi hanya dilakukan pada saat yang menguntungkan, yaitu saat bebas dari lawan. Menurut Gifford, yang dikutip Sunarta (2009:11), menggiring bola harus menggunakan prinsip-prinsip sebagai berikut:

- 1) bola di dalam penguasaan pemain, tidak mudah direbut lawan dan bola selalu terkontrol.
- 2) di depan pemain terdapat daerah kosong artinya bebas dari lawan.
- 3) bola digiring dengan kaki kanan atau kiri, tiap langkah kaki kanan atau kaki kiri mendorong bola ke depan, jadi bola didorong bukan ditendang. Irama sentuhan pada bola tidak mengubah irama langkah kaki.
- 4) pada waktu menggiring bola pandangan mata tidak boleh selalu pada bola saja, akan tetapi harus pula memperhatikan atau mengamati situasi sekitar dan lapangan atau posisi lawan maupun posisi kawan.

- 5) badan agak condong ke depan, gerakan tangan bebas seperti pada waktu lari biasa.

c. Kegunaan Menggiring Bola

Kegunaan teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola, sangat penting untuk saat-saat memperoleh situasi yang sulit. Menurut Gifford, yang dikutip Sunarta (2009:11), menggiring bola berguna antara lain untuk:

- 1) melewati lawan.
- 2) mencari kesempatan memberikan bola umpan kepada kawan dengan cepat.
- 3) mempertahankan bola tetap pada kekuasaan sendiri.
- 4) menyelamatkan bola, bila tidak ada kesempatan untuk segera melemparkan kepada kawan.

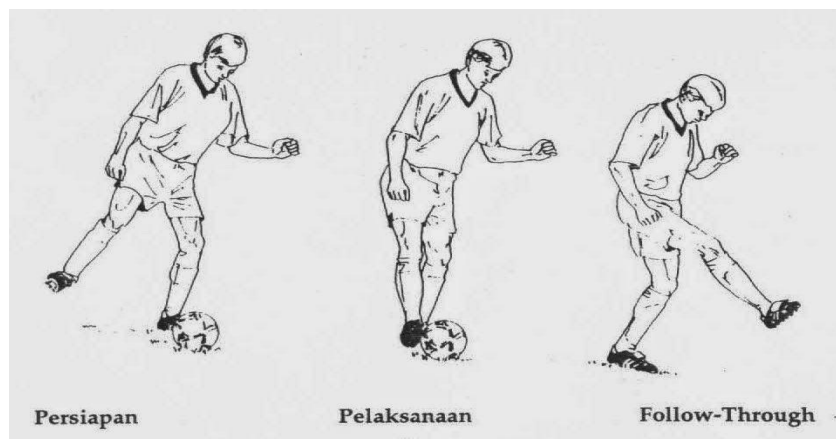
d. Cara Menggiring Bola

Salah satu tontonan menarik dalam sepakbola adalah kemampuan seorang pemain yang mempunyai teknik menguasai bola dengan baik dan mampu menggiring bola untuk melewati musuhnya. Adapun cara menggiring bola menurut Depdiknas (2000:28) diantaranya:

1) Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Dalam

Pada umumnya menggiring bola dengan kaki bagian dalam digunakan untuk melewati atau mengecoh lawan. Analisis menggiring bola dengan kaki bagian dalam sebagai berikut:

- a) posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang bola.
- b) kaki yang digunakan untuk menggiring bola tidak tertarik ke belakang hanya diayunkan ke depan.
- c) diupayakan setiap melangkah, secara teratur bola disentuh atau didorong bergulir ke depan.
- d) bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
- e) pada waktu menggiring bola kedua lutut sedikit ditekuk untuk mempermudah penguasaan bola.
- f) pada saat kaki menyentuh bola, pandangan ke arah bola dan selanjutnya melihat situasi lapangan.
- g) kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan.

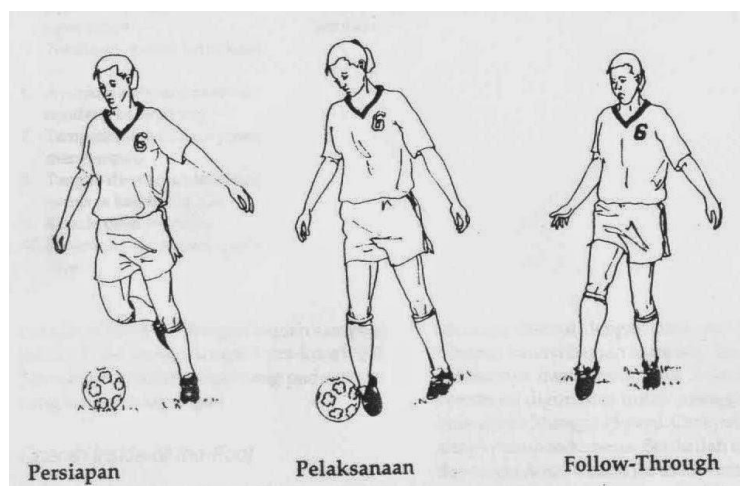


Gambar 7. Gerakan menggiring dengan kaki bagian dalam (Sucipto, dkk, 2000:18)

2) Menggiring Bola dengan Kaki Bagian Luar

Menggiring bola dengan kaki bagian luar pada umumnya digunakan untuk melewati lawan. Analisis menggiring bola dengan kaki bagian luar sebagai berikut:

- a) posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi kaki menendang bola dengan punggung kaki bagian luar.
- b) kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh atau mendorong bola bergulir ke depan.
- c) tiap melangkah secara teratur kaki menyentuh bola.
- d) bola selalu dekat dengan kaki agar tetap dikuasai.
- e) kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah untuk menguasai bola.
- f) pada saat kaki menyentuh bola pandangan ke arah bola, selanjutnya melihat situasi.
- g) kedua lengan menjaga keseimbangan di samping badan.

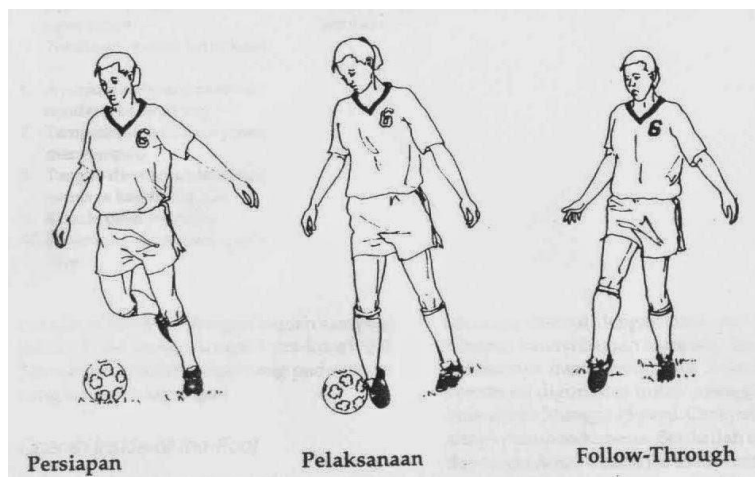


Gambar 8. Menggiring bola dengan kaki bagian luar (Sucipto, dkk, 2000:19)

3) Menggiring Bola dengan Punggung Kaki

Menggiring bola dengan punggung kaki pada umumnya digunakan untuk mendekati jarak dan paling cepat dibandingkan dengan bagian kaki lainnya. Analisis menggiring bola dengan punggung kaki sebagai berikut:

- a) posisi kaki menggiring bola sama dengan posisi menendang dengan punggung kaki.
- b) kaki yang digunakan menggiring bola hanya menyentuh atau mendorong bola tanpa terlebih dahulu ditarik ke belakang dan diayun ke depan.
- c) tiap langkah secara teratur kaki menyentuh bola.
- d) bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki demikian bola tetap dikuasai.
- e) kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah menguasai bola.
- f) bola bergulir harus selalu dekat dengan kaki dengan demikian bola tetap dikuasai.
- g) kedua lutut sedikit ditekuk agar mudah menguasai bola.
- h) pandangan melihat bola pada saat kaki menyentuh.



Gambar 9. Menggiring bola dengan punggung kaki (Sucipto, dkk, 2000:20)

3. faktor-faktor fisik yang mempengaruhi menggiring bola

a. Kecepatan

Kecepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengerjakan gerakan berkesinambungan dalam bentuk yang sama dalam waktu yang sesingkat-singkatnya (M.Sajoto, 1995:8). Oleh karena itu seseorang yang mempunyai kecepatan tinggi dapat melakukan suatu gerakan yang singkat atau dalam waktu yang pendek setelah menerima rangsang. Kecepatan disini dapat didefinisikan sebagai laju gerak berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh.

b. Daya lentur

Daya lentur adalah efektivitas seseorang dalam menyesuaikan diri untuk segala aktivitas dengan pengukuran tubuh yang luas. Hal ini akan sangat mudah ditandai dengan tingkat fleksibilitas persendian pada seluruh permukaan tubuh (M. Sajoto, 1995:9). Kelenturan menyatakan kemungkinan gerak maksimal yang dapat dilakukan oleh

suatu persendian. Jadi meliputi hubungan antara tubuh persendian umumnya tiap persendian mempunyai kemungkinan gerak tertentu sebagai akibat struktur anatominya.

c. Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan seseorang mengubah posisi di area tertentu, seseorang yang mampu mengubah satu posisi yang berbeda dalam kecepatan tinggi dengan koordinasi yang baik, berarti kelincahannya cukup baik (M. Sajoto, 1995:9).

d. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan organ-organ syaraf otot (M. Sajoto, 1995:9). Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap tubuh yang pada saat melakukan gerakan tergantung pada kemampuan integrasi antara kerja indera penglihatan, kanalis semisis kuralis pada telinga dan reseptor pada otot.

4. Koordinasi (*coordination*)

Koordinasi pada prinsipnya merupakan pengaturan syaraf-syaraf pusat dan tepi secara harmonis dalam menggabungkan gerakan-gerakan otot sinergis dan antagonis secara selaras. Koordinasi merupakan kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa gerakan menjadi satu pola gerakan yang efektif dan efisien. Berkaitan dengan koordinasi Suharno (1993:61) menyatakan, “koordinasi adalah kemampuan atlet

untuk merangkaikan beberapa gerak menjadi satu gerak yang utuh dan selaras”.

Menurut Sajoto (1995: 9) menyatakan bahwa “koordinasi adalah kemampuan seseorang mengintegrasikan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif”. Menurut Ismaryati (2008:53), bahwa “koordinasi didefinisikan sebagai hubungan yang harmonis dari hubungan saling pengaruh di antara kelompok-kelompok otot selama melakukan kerja”.

Berdasarkan pengertian koordinasi yang dikemukakan empat ahli tersebut dapat dirumuskan bahwa koordinasi mata-kaki adalah suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama dalam hal ini melihat situasi permainan yang dihadapi, dan kaki sebagai pemegang fungsi melakukan suatu gerakan yang dikehendaki oleh otak, setelah merespon situasi yang dilihat oleh mata. Integrasi yang melibatkan dua bagian gerak yaitu mata dan kaki harus dirangkaikan menjadi satu pola gerakan yang baik dan harmonis untuk mendukung kemampuan menggiring bola.

a. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Koordinasi

Tingkat koordinasi atau baik buruknya koordinasi gerak seseorang tercermin dalam kemampuannya untuk melakukan suatu gerakan secara mulus, tepat (*precise*), dan efisien. Seseorang yang memiliki koordinasi baik bukan hanya mampu melakukan suatu keterampilan

secara sempurna, tetapi juga mudah dan cepat dapat melakukan keterampilan-keterampilan yang baru.

Menurut Harsono (1988:221) menyatakan bahwa “kecepatan, kekuatan, daya tahan, kelentukan, kinestetik, *sense*, *balance*, dan ritme, memberikan kesinambungan dan keterpaduan di dalam koordinasi gerak, oleh karena itu satu sama lainnya mempunyai hubungan yang erat”. Apabila salah satu unsur tidak ada atau kurang berkembang, maka hal ini berpengaruh terhadap kesempurnaan koordinasi”.

Pendapat lain dikemukakan Suharno (1993:62) dalam usaha untuk pencapaian prestasi, koordinasi dipengaruhi oleh:

- 1) pengaturan syarat pusat dan tepi, hal ini berdasarkan pembawaan atlet dan hasil dari latihan.
- 2) tergantung tonus dan elastisitas dari otot yang melakukan gerakan.
- 3) baik dan tidaknya keseimbangan, kelincahan, dan kelentukan atlet.
- 4) Banyak dan tidaknya koordinasi kerja syaraf, otot dan indera.

Faktor pembawaan dan kemampuan kondisi fisik khususnya kelincahan, kelentukan, keseimbangan, kekuatan, daya tahan merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan koordinasi yang dimiliki seseorang. Dengan kata lain jika kelincahan, kelentukan, keseimbangan, kekuatan, dan daya tahan baik, maka tingkat koordinasinya juga baik. Dengan demikian latihan yang bertujuan meningkatkan komponen kondisi fisik tersebut, maka secara tidak langsung akan meningkatkan kemampuan koordinasi pula.

b. Peranan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Kemampuan Menggiring Bola

Koordinasi merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang mempunyai peran penting terutama untuk cabang olahraga permainan termasuk permainan sepakbola. Hampir seluruh gerakan dalam permainan sepakbola membutuhkan koordinasi mata-kaki.

Menggiring bola merupakan teknik sepakbola yang membutuhkan koordinasi yang baik. Koordinasi mata-kaki berperan dalam memainkan bola dengan baik dan lancar dengan melihat situasi permainan. Harsono (1988:220) menyatakan bahwa “suatu keterampilan atau *skill* menuntut adanya koordinasi”.

Koordinasi yang dibutuhkan dalam keterampilan diantaranya koordinasi mata-kaki (*foot-eye coordination*) dan koordinasi mata-tangan (*eye-hand coordination*). Koordinasi mata-kaki dibutuhkan dalam gerakan seperti dalam *skill* menendang bola, menngiring bola”.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa ketepatan *dribbling* dan *passing* dalam sepakbola merupakan suatu keterampilan yang memiliki gerakan cukup kompleks. Kemampuan seorang pemain menggiring bola dan mengoper bola atau menembakkan bola ke gawang lawan dibutuhkan koordinasi mata-kaki yang baik, maka gerakan menggiring bola dapat dilakukan dengan baik dan lancar serta mampu menyelesaikan bola tepatpada sasaran yang diinginkan. Namun sebaliknya, koordinasi mata-kaki yang buruk, maka gerakan

menggiring bola tidak lancar, bola mudah direbut lawan dan penyelesaian kurang akurat.

Banyak manfaat yang diperoleh jika seseorang memiliki koordinasi yang baik. Menurut Suharno (1993:62) kegunaan koordinasi antara lain:

- 1) mengkoordinasikan beberapa gerak agar menjadi satu gerak yang utuh dan serasi.
- 2) efisien dan efektif dalam penggunaan tenaga.
- 3) untuk menghindari terjadinya cedera.
- 4) mempercepat berlatih, menguasai teknik.
- 5) dapat untuk memperkaya taktik dalam bertanding.
- 6) kesiapan mental atlet lebih mantap untuk menghadapi pertandingan.

Pada dasarnya koordinasi berguna untuk mengkoordinasikan beberapa gerakan menjadi satu gerakan yang serasi dan utuh, lebih efektif dan efisien tenaga yang dikeluarkan, dapat terhindar dari cedera, mempercepat berlatih menguasai teknik, memperkaya taktik dalam bertanding dan meningkatkan mental yang lebih baik. Tingkat koordinasi yang baik akan mendukung gerakannya menjadi lebih efektif dan efisien. Namun sebaliknya jika tingkat koordinasi rendah, gerakan yang ditampilkan tidak efektif, bahkan dapat menimbulkan cedera. Untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola, maka seorang pemain sepakbola harus memiliki koordinasi yang baik. Untuk

meningkatkan koordinasi harus dilakukan latihan dengan baik dan benar.

Dalam permainan sepakbola koordinasi mata-kaki mutlak diperlukan karenaakan sangat menunjang untuk menguasai jalannya permainan. Koordinasi mata-kaki merupakan dasar untuk mencapai keterampilan yang tinggi dalam menendang, mengontrol bola, dan menggiring bola.

Menggiring bola merupakan gerakan yang cukup kompleks, karena menggiring bola merupakan gabungan dari berbagai unsur seperti, gerakan berlari, gerakan mengontrol dan menyentuh bola serta melihat situasi lapangan. Keterampilan menggiring bola merupakan kemampuan membawa bola dengan kaki sambil berlari.

Agar bola yang digiring tidak terlepas pemain dituntut untuk mengintegrasikan gerakan mendorong dan mengontrol bola, gerakan berlari serta harus memperhatikan situasi sekitar. Dalam hal inilah seorang pemain sepakbola harus memiliki koordinasi mata-kaki yang baik. Dengan mempunyai koordinasi mata-kaki yang baik akan dapat melakukan keterampilan menggiring bola dengan baik pula.

5. Hakikat Kelincahan

a. Pengertian Kelincahan

Menurut M. Sajoto (1998:59) menyatakan bahwa kelincahan adalah kemampuan seseorang dalam merubah arah, dslam posisi-posisi di arena tertentu. Menurut Kirkendall, Gruber, dan Johnson

(dalam Ismaryati, 2008:41), bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tetap. Selain dikerjakan dengan tanpa kehilangan keseimbangan. Dari batasan ini, terdapat tiga hal yang menjadi karakteristik kelincahan, yaitu: perubahan arah lari, perubahan tubuh, dan perubahan arah bagian-bagian tubuh.

b. Faktor-faktor Penentu Kelincahan

Faktor-faktor utama yang mempengaruhi kelincahan menurut Suharno Hp (1993:51) antara lain: olahraga memiliki kecepatan reaksi, kemampuan berorientasi terhadap *problem* (masalah) yang dihadapi, kemampuan mengatur keseimbangan, tergantung pada keleturan persendian dan kemampuan menerem gerakan-gerakan motorik.

Dalam hal ini seseorang dituntut untuk dapat mengubah arah gerak dan posisi tubuh dengan cepat tanpa mengalami gangguan keseimbangan, kelincahan tidak hanya menuntut kecepatan tetapi juga fleksibilitas yang baik dari persendian. Oleh karena itu kelincahan bergantung pada keadaan tubuh yang bagus yang digunakan pada saat beradu *sprint* yang bertujuan untuk menerobos serta melemahkan pertahanan lawan.

c. Kelincahan Dalam Menggiring Bola

Kelincahan sangat penting fungsinya untuk meningkatkan prestasi dalam cabang olahraga. Secara langsung kelincahan

digunakan untuk mengkoordinasikan gerakan-gerakan berganda (simultan), mempermudah penguasaan teknik-teknik tinggi, mempermudah orientasi terhadap lawan dan lingkungan. Sedangkan menurut Ismaryati (2008:41), bahwa kelincahan itu mempunyai karakteristik yaitu perubahan arah lari, perubahan posisi tubuh, dan perubahan arah bagian-bagian tubuh. Jadi kelincahan merupakan salah satu faktor pendukung yang dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam melakukan kemampuan menggiring bola.

6. Hakikat Ekstrakurikuler

Selain melakukan kegiatan pembelajaran dalam jam pelajaran sekolah, sekolah sebagai lembaga formal memiliki kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ini bisa dilakukan di dalam jam pelajaran maupun di luar jam pelajaran sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler diadakan untuk menambah kegiatan dan pengetahuan siswa di luar jam pelajaran tatap muka, dengan kegiatan ekstrakurikuler diharapkan dapat mengarahkan siswa untuk melakukan hal-hal positif yang bermanfaat bagi dirinya. Kegiatan ini biasa juga digunakan sebagai sarana atau wadah bagi para siswa yang aktif dalam berorganisasi atau memiliki keahlian dibidang olahraga, musik maupun kegiatan lainnya. Kegiatan ekstrakurikuler juga diatur dalam undang-undang NO 62 TAHUN 2014 yang berisi tentang kegiatan ekstrakurikuler pada pendidikan dasar dan pendidikan menengah.

Menurut Yudha M. Saputra (1998:9) berpendapat bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran sekolah biasa, yang

dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antara mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya. Kegiatan ini dilakukan berkala atau hanya dalam waktu-waktu tertentu dan ikut dinilai.

Menurut Anifral Hendri (2008) menjelaskan kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat mereka melalui kegiatan secara khusus diselenggarakan oleh pendidik dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah atau madrasah.

Terdapat beberapa jenis kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SMP NEGERI 1 Mlati, yaitu ekstrakurikuler olahraga antara lain: sepakbola, bolabasket, dan bolavoli. Disamping ekstrakurikuler olahraga terdapat ekstrakurikuler pramuka, musik, KIR, dan masih banyak lagi kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di sekolah.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diadakan oleh pihak sekolah dengan tujuan untuk menambah pengetahuan, wawasan dan kegiatan yang bersifat positif baik untuk sekedar menyalurkan hobi atau untuk mengisi waktu luang dengan hal-hal positif diluar jam pelajaran.

Mengenai tujuan kegiatan dalam kegiatan ekstrakurikuler dijelaskan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1995:2), sebagai berikut:

- a. Siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan keterampilan mengenai hubungan antara berbagai mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya yang:
 - 1) beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa
 - 2) berbudi pekerti luhur
 - 3) memiliki pengetahuan dan keterampilan
 - 4) sehat rohani dan jasmani
 - 5) berkepribadian yang mantap dan mandiri
 - 6) memiliki rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan
- b. Siswa mampu memanfaatkan pendidikan kepribadian serta mengaitkan pengetahuan yang diperolehnya dalam program kurikulum dengan kebutuhan dan keadaan lingkungan.

Berdasarkan penjelasan di atas pada hakikatnya tujuan kegiatan ekstrakurikuler yang ingin dicapai adalah untuk kepentingan siswa. Dengan kata lain, kegiatan ekstrakurikuler memiliki nilai-nilai pendidikan bagi siswa dalam upaya pembinaan seutuhnya.

Sepakbola merupakan salah satu ekstrakurikuler yang diminati siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati, terbukti yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola 40 anak yang terdiri atas kelas VII,

VIII dan kelas IX. Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan satu minggu satu kali yang dilaksanakan hari Selasa pukul 15.00 WIB di lapangan desa Tirtoadi, akan tetapi kegiatan ekstrakurikuler sering terkendala, seperti lapangan yang digunakan oleh pemerintah desa berbagai kegiatan, bola yang dimiliki sekolah sejumlah 4 buah bola, *coon* yang dimiliki sekolah 30 buah, pancang yang dimiliki sekolah 20 buah, rompi sekolah sejumlah 15 buah.

Pelatih ekstrakurikuler sepak bola berasal dari luar ada 2 yaitu bapak Abi dan bapak Sunar akan tetapi pelatih sering tidak datang karena mereka punya kesibukan dan sering ada kepentingan mendadak jadi materi yang disampaikan kurang maksimal, apabila pelatih datang materi yang diberikan lebih ke taktik-taktik bermain. Jadi materi yang diberikan kurang beragam.

7. Karakteristik Siswa SMP

Siswa SMP mengalami masa remaja satu priode perkembangan sebagai transisi masa anak-anak menuju masa dewasa. Siswa SMP sebagai peserta didik dipandang ahli psikologi sebagai individu yang berada pada tahap yang tidak jelas dalam rangkaian proses perkembangan seseorang. Ketidakjelasan karena mereka berada pada priode transisi dari periode kanak-kanak menuju periode dewasa.

Menurut Hurlock (1982:126), ada perubahan-perubahan yang dialami oleh hampir semua remaja yang bersifat universal yaitu:

- a. meningginya emosi, yang intensitasnya bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologi.
- b. perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial untuk bermain.
- c. dengan perubahan minat dan pola perilaku, nilai-nilai juga berubah.
- d. sebagai remaja bersikap mendua terhadap setiap perubahan. Semuanya berdampak pada perkembangan aspek kognitif, afektif, maupun psikomotorik.

Perubahan dalam sikap dan perilaku pada masa remaja diikuti dengan perubahan fisik. Selama masa remaja perubahan fisik berlangsung secara pesat dan perubahan perilaku serta sikap pun berkembang secara pesat pula. Secara psikologis, masa remaja adalah usia individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa. Pada siswa SMP perubahan fisik yang terjadi diantaranya pertumbuhan tinggi badan dan berat badan. Secara emosional pada masa SMP adalah waktu untuk belajar mengatur emosi. Semua proses perubahan yang terjadi adalah proses untuk tingkat pemahaman norma dan moral yang lebih baik.

Menurut Sukintaka (1991:45), anak setingkat SMP kira-kira mempunyai usia 13-15 tahun, mempunyai karakteristik sebagai berikut:

- a. Karakteristik Jasmani
 - 1) laki-laki maupun putri terdapat pertumbuhan memanjang.
 - 2) membutuhkan pengaturan istirahat yang baik.
 - 3) sering menampilkan hubungan dan koordinasi yang kurang baik.

- 4) merasa mempunyai ketangguhan dan sumber energi yang terbatas.
- 5) mudah lelah tetapi tidak dihiraukan.
- 6) mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat.
- 7) anak laki-laki mempunyai kecepatan dan kekuatan otot lebih baik dari pada putri.
- 8) kesiapan dan kematangan untuk keterampilan bermain menjadi lebih baik.

b. Karakteristik Psikis atau Mental

- 1) banyak mengeluarkan energi untuk fantasinya.
- 2) ingin menentukan pandangan hidup.
- 3) mudah gelisah karena keadaan yang lemah.

c. Karakteristik Sosial

- 1) ingin tetap diakui oleh kelompoknya.
- 2) mengetahui moral dan etika dari kebudayaan.
- 3) persekawanan yang makin tetap berkembang.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa karakteristik siswa SMP terbagi kedalam tiga tahap yaitu: jasmani, psikis, dan sosial. Perlu diketahui, bahwa untuk fantasi atau imajinasi, kecepatan tubuh, serta kematangan sejenisnya, banyak dibutuhkan energi dalam jumlah besar maka terjadilah kemerosotan jasmani maupun psikis. Keadaan anak pada masa pertumbuhan dan perkembangan terjadi kemurungan dan fantasi yang berlebihan. Keadaan ini menyebabkan rasa tidak mampu sehingga enggan bergerak. Selain itu dapat diketahui ada beberapa keburukan dari

karakteristik siswa SMP antara lain: mudah gelisah, emosi kurang terkontrol, dan takut untuk gagal. Dengan kondisi seperti ini maka siswa memerlukan dorongan orang yang lebih berpengalaman. Dalam hal ini peran guru pendidikan jasmani dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada siswa di sekolah baik pada proses pembelajaran maupun diluar pembelajaran.

Sedangkan karakteristik siswa SMP menurut Depdiknas (2006:6-7) siswa SMP mengalami masa remaja, satu periode perkembangan sebagai transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa dan perubahan yang menyertainya merupakan fenomena yang harus dihadapi guru. Rincian karateristik perkembangan siswa SMP sebagai berikut:

a. Perkembangan Aspek Psikomotor

Perkembangan aspek psikomotorik siswa SMP ditandai dengan perubahan jasmani dan fisiologis secara luar biasa. Salah satu perubahan luar biasa yang dialami siswa adalah perubahan tinggi badan dan berat badan. Perubahan lain yang dialami oleh siswa SMP adalah pubertas dan pematangan seksual serta perkembangan keterampilan motorik. Hal ini yang perlu diperhatikan adalah kesegaran jasmani siswa.

b. Perkembangan Aspek Kognitif

Aspek kognitif meliputi fungsi intelektual, seperti pemahaman, pengetahuan, dan keterampilan berpikir. Siswa mengalami peningkatan kemampuan mengekspresi diri. Kemampuan berbahasa

menjadi lebih baik dan canggih, perbendaharaan kata lebih banyak. Ketika remaja mencapai kematangan akan memiliki kemampuan untuk menyusun alasan rasional, menerapkan informasi, mengimplementasikan pengetahuan, dan menganalisa situasi secara kritis.

c. Perkembangan Aspek Afektif

Perkembangan aspek afektif siswa SMP mencakup proses belajar perilaku yang layak pada budaya tertentu, seperti bagaimana cara berinteraktif dengan orang lain disebut sosialisasi. Siswa mengalami egosentris, yaitu kondisi yang hanya mementingkan pendapatnya sendiri dan mengabaikan pandangan orang lain. Remaja banyak menghabiskan waktu luang untuk memikirkan penampilan, tindakan dan perasaan, perhatian, serta tindakan diri sendiri. Siswa SMP mengalami perubahan persepsi diri selaras dengan peningkatan kemampuan kognitif. Secara emosional siswa SMP mengalami peningkatan rentang dan intensitas emosinya siswa belajar memformulasikan sistem siswa nilai yang akan dianutnya, sikap terhadap sesuatu, siswa mengalami proses untuk mencapai tingkat pemahaman norma dan moral yang lebih baik.

Lebih lanjut menurut Syamsu Yusuf (2009: 11-13), memaparkan karakteristik aspek-aspek perkembangan remaja sebagai berikut:

a. Aspek Fisik

Secara fisik masa remaja ditandai dengan matangnya organ-organ seksual. Remaja pria mengalami pertumbuhan pada organtertis, penis,

pembuluh mani, dan kelenjar prostat. Sementara remaja putri ditandai dengan tumbuhnya rahim, vagina, dan ovarium.

b. Aspek Intelektual (kognitif)

Tahap ini ditandai dengan kemampuan berpikir abstrak (seperti memecahkan masalah), kemampuan berpikir abstrak (seperti memecahkan masalah persamaan aljabar), idealistik (seperti berpikir tentang ciri-ciri ideal dirinya, orang lain dan masyarakat, dan logis (seperti penyusunan rencana untuk memecahkan masalah).

c. Aspek Emosi

Pertumbuhan organ-organ seksual mempengaruhi emosi atau perasaan-perasaan baru yang belum dialami sebelumnya: cinta, rindu, dan keinginan.

d. Aspek Sosial

Kemampuan ini mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial dengan teman sebaya. Masa ini juga ditandai dengan berkembangnya sikap *conformity* yaitu kecenderungan untuk meniru, mengikuti opini atau pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran atau keinginan orang lain.

e. Aspek Kepribadian

Masa remaja merupakan saat perkembangan *self-identify* (kesadaran atau identitas atau jati diri).

f. Kesadaran Beragama

Kematangan remaja belum sempurna, jika tidak memiliki kode moral yang dapat diterima secara universal. Pendapat ini menunjukkan tentang pentingnya remaja memiliki landasan hidup yang kokoh, yaitu nilai-nilai moral, terutama bersumber dari agama.

Berdasarkan uraian di atas remaja merupakan masa yang tepat dalam mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Salah satu kegiatan yang dapat mengembangkan potensi dan melakukan kegiatan positif adalah ekstrakurikuler. Dalam menentukan pilihan dalam kegiatan ekstrakurikuler biasanya remaja dilandasi oleh rasa tertarik dan keingintahuan tentang olahraga untuk pengembangan bakat.

B. Penelitian yang Relevan

Beberapa penelitian yang relevan di bawah ini diharapkan bisa membantu memberikan arahan agar penelitian lebih fokus. Penelitian tersebut antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Abdillah Farruk (2009), dengan judul Hubungan Kecepatan Dan Kelincahan Dengan Keterampilan Menggiring bola. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknis tes dan pengukuran. Sampel yang digunakan adalah siswa SMAN 1 Tanjungsari yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola yang berjumlah 29 orang. Hasil penelitian yang diperoleh adalah; (1) Ada hubungan antara kecepatan dengan keterampilan menggiring bola, hal ini ditunjukkan $r = 0,643$ dengan $p = 0,003$ (signifikan). (2) ada hubungan antara kelincahan dengan keterampilan menggiring bola, hal ini ditunjukkan $r = 0,707$ dengan $p = 0,007$ (signifikan). (3) ada hubungan antara kecepatan dan kelincahan

dengan keterampilan menggiring bola, hal ini ditunjukkan $F=8,705$ dengan $p = 0,003$ (signifikan).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Wakhid Aryanto (2006), dengan judul Hubungan Koordinasi dan Keseimbangan dengan kemampuan Mengontrol Bola. Metode yang digunakan adalah metode survei dengan teknis tes. Sampel yang digunakan adalah pemain sekolah sepakbola Bintang Muda Arum (SBB BMA) Sleman usia 14-16 tahun sebanyak 30 orang. Hasil penelitian untuk variabel koordinasi yaitu r (hitung) $0,365 > r$ (tabel) $0,361$. Sedangkan hasil untuk variabel keseimbangan yaitu r (hitungan) $0,379 > r$ (tabel) $0,361$. Kesimpulan menunjukkan adanya hubungan signifikan antara koordinasi dan keseimbangan dengan kemampuan mengontrol bola.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Siswoyo (2003) berjudul “Hubungan antara Kecepatan 50 M, Kelincahan, dan Penguasaan Bola terhadap Prestasi Menggiring Bola dalam Sepakbola”. Hasil Penelitian menunjukkan masing-masing peubah dengan kemampuan menggiring bola adalah lari 50 M = $0,688$, $p < 0,05$ (signifikan). Kelincahan = $0,620$, $p < 0,005$ (signifikan). Penguasaan bola = $0,637$, $p < 0,05$ (signifikan). Hubungan antara kecepatan lari 50 M, kelincahan, dan penguasaan bola terhadap prestasi menggiring bola $R_y(1, 2, 3) = 0,97$ dengan f Regresi = $15,070 < F$ tabel = $2,98$ pada taraf 33 signifikansi 5% (signifikan). Sumbangan variabel lari 50 M = $23,13\%$, kelincahan = $19,79\%$, dan penguasaan bola $20,56\%$. Sumbangan dari ketiga variabel tersebut $63,5\%$.

C. Kerangka Berpikir

Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati mempunyai prestasi yang kurang membanggakan dalam bidang olahraga khususnya sepakbola. Hal tersebut dibuktikan dengan gagalnya Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati menjadi yang terbaik dalam kejuaraan-kejuaraan yang diikutinya. Kegagalan tim sepakbola Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati dalam kejuaraan yang diikuti dapat disebabkan beberapa faktor. Salah satunya adalah faktor *skill* dan teknik yang dimiliki oleh para pemain itu sendiri. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik seorang pemain harus terlebih dahulu menguasai teknik-teknik dasar dalam sepakbola seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting*.

Dribbling merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi permainan sepakbola, *dribbling* sendiri dapat dipengaruhi oleh kelincahan dan memerlukan koordinasi yang bagus. Oleh karena itu *dribbling* harus diberikan porsi yang lebih dalam latihan ekstrakurikuler sepakbola di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis berarti kebenaran yang masih bersifat tentatif, yakni masih harus dibuktikan (Suharsimi Arikunto, 1989:57). Karena masih bersifat sementara, maka dalam pembuktiannya secara empiris dapat diterima dapat juga ditolak.

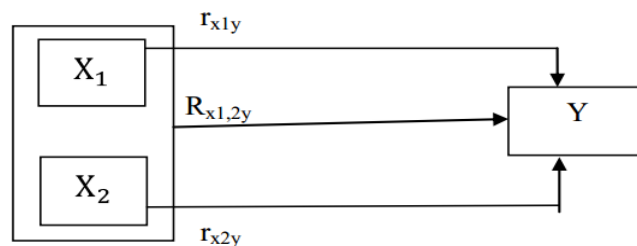
Berdasarkan landasan teori pendidikan yang relevan dan kerangka berpikir yang telah diuraikan, ada beberapa hipotesis yang diajukan yaitu:

1. Ha: Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola.
2. Ha: Ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola.
3. Ha: Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional, yang hendak menyelidiki ada tidaknya korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini adalah koordinasi mata-kaki (X_1) dan kelincahan (X_2) sedangkan variabel terikatnya adalah menggiring bola (Y). Teknik pengumpulan data menggunakan survei dengan teknik tes dan pengukuran. Adapun desain penelitian sebagai berikut:



Gambar 10. Desain Hubungan antara Variabel Bebas dan Variabel Terikat

Keterangan:

X_1 : kordinasi mata-kaki (variabel bebas)

X_2 : kelincahan (variabel bebas)

Y : kemampuan menggiring bola (variabel terikat)

Tujuan penggunaan studi korelasional adalah agar dapat mengetahui ada tidaknya hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam sepakbola.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (1989:91) menyatakan bahwa variabel adalah objek penelitian yang menjadi titik perhatian. Dalam penelitian ini yang menjadi variabelnya adalah koordinasi mata-kaki dan kelincahan dalam

menggiring bola. Variabel bebas yaitu koordinasi mata-kaki dan kelincahan, sedangkan kemampuan menggiring bola sebagai variabel terikat. Untuk menghindari salah pengertian, maka perlu dijabarkan definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut:

1. Kemampuan Menggiring Bola

Menggiring bola adalah kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Mlati dalam melakukan seni menggunakan beberapa bagian dari kaki untuk mengontrol atau menggulirkan bola terus-menerus di tanah sambil lari (Sardjono, 1982:76).

2. Koordinasi Mata-Kaki

Koordinasi adalah kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Mlati dalam melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan. Koordinasi mata-kaki merupakan kemampuan biomotor yang sangat kompleks berkaitan dengan kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelentukan. Selain itu juga, termasuk dalam perpaduan perilaku dari dua atau lebih persendian yang satu sama lainnya berkaitan dalam menghasilkan keterampilan gerak. Tes yang digunakan untuk mengukur tingkat koordinasi mata-kaki dengan Tes *MITCHELL TEST*. Hasil tes ini adalah poin yang paling banyak dari 4 kali tendangan yang dilakukan oleh siswa dalam waktu 20 detik (Ngatman, 2001:25).

3. Kelincahan

Kelincahan adalah kemampuan siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 1 Mlati untuk merubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dalam keadaan bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan, yang di dapat dengan melakukan tes kelincahan dengan lari *zig-zag* melewati rintangan, pelaksanaan dilakukan sebanyak dua kali setiap *testee*, hasil tes dicatat dengan waktu tercepat dalam detik (Ismaryanti, 2008:53).

C. Subyek Penelitian

Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 130), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sedangkan Sugiyono (2006: 55) mendefinisikan populasi sebagai objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 1 Mlati sebanyak 40 anak yang terdiri atas kelas VII, VIII, dan IX.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh penelitian dalam mengumpulkan data agar pekerjaan menjadi lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis, sehingga hasilnya lebih mudah diolah (Suharsimi Arikunto, 2006:149). Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data masing-masing *variable* sebagai berikut:

a. Kemampuan Menggiring Bola

Tes kemampuan menggiring bola dilakukan dengan menggiring bola *Zig-zag* dengan melewati 10 tiang pancang. Dengan jarak 2 meter untuk tiap pancang. Tes melakukan dengan menggiring bola melalui sela-sela pancang. Setelah sampai pada tiang pancang ke-10, bola harus digiring menuju start (Mielke, 2007:8).

Pelaksanaan tes:

1) tujuan

untuk mengukur kemampuan menggiring bola

2) alat/perlengkapan

a) lapangan

b) 10 buah pancang ukuran 2 meter

c) *stopwatch*

d) bola

e) tali panjang 20 meter

f) meteran

g) kapur

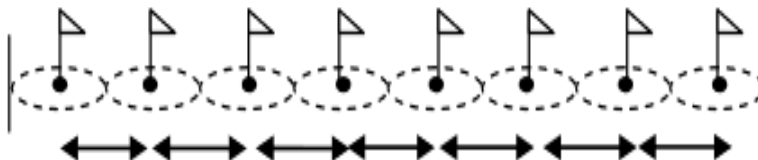
h) formulir dan alat tulis

3) pelaksanaan

a) aba-aba “siap” *testee* berdiri dibelakang garis *start* dengan bola siap untuk digiring.

b) pada aba-aba “ya” *testee* mulai menggiring bola dengan melewati setiap pancang secara urut.

- c) kalau terjadi kesalahan, maka harus diulang di mana kesalahan terjadi.
 - d) diperkenankan menggiring bola dengan salah satu kaki atau dengan kedua kaki bergantian.
 - e) pada aba-aba “ya” *stopwatch* dihidupkan dan diamati pada saat *testee* atau bolanya yang terakhir melewati garis *finish*.
 - f) setiap *testee* diberi 2 kali kesempatan.
- 4) penilaian
- diambil nilai tes yang tercepat dari 2 kali kesempatan menggiring bola yang dicatat sampai persepuluh detik dan diambil skor terbaik.
- 5) reliabilitas
- reliabilitas tes ini 0,963.

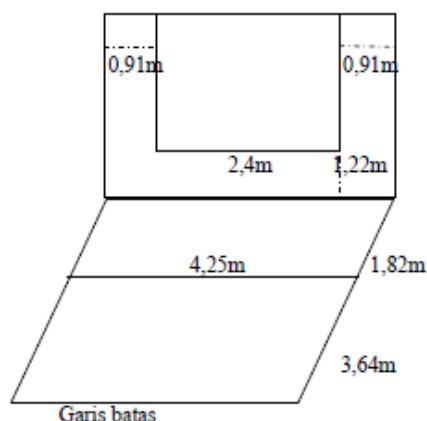


Gambar 11. Instrumen Menggiring Bola (Subgyo Irianto dkk, 2010:3)

b. Koordinasi Mata-Kaki

Untuk mengetahui koordinasi mata-kaki pemain, maka tes yang akan diuji menggunakan tes memantulkan bola ke sasaran. Tujuannya yaitu untuk kemampuan mengkoordinasikan antara mata dan kaki pada saat melakukan tendangan pada sasaran. Hasil yang dicapai dalam melakukan sepakan dengan masuk sasaran selama 20 detik dihitung

sebagai nilai tes koordinasi mata-kaki. Tes koordinasi mata-kaki dilakukan dengan menggunakan *Mitchell Soccer Tes* yang dikutip oleh (Ngatman, 2001: 25). Tujuan tes ini adalah untuk mengukur koordinasi mata-kaki. Berikut gambar pelaksanaan koordinasi Mata-Kaki (Mitchel JR Ngatman, 2001: 25)



Gambar 12. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Kaki (Mitchel JR Ngatman, 2001: 25)

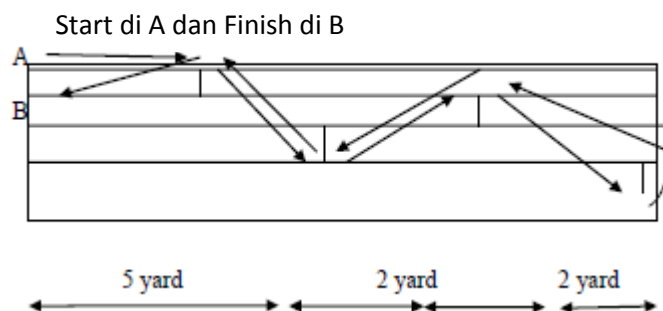
Pelaksanaan tes :

- 1) testi menendang bola ke daerah sasaran setelah tanda atau aba-aba diberikan.
- 2) bola pantul dikontrol, kemudian ditendang kembali secara terus-menerus selama 20 detik.
- 3) saat memantulkan bola dikontrol baik atau anggota bada yang lain diperbolehkan, kecuali lengan.
- 4) jika bola mental jauh harus dikejar, kemudian di bawa ke belakng garis batas dengan mempergunakan kaki(harus di *dribbing*), kemudian ditendang lagi kesasaran untuk melanjutkan tes sampai waktunya habis.

- 5) setiap bola yang menyentuh lengan, skornya dikurangi satu.
- 6) *trial* 3x@ 20 detik (secara berurutan).
- 7) skor akhir adalah jumlah skor dari 3 x *trial* dan diambil skor terbaik.
- 8) reliabilitas
reliabilitas sebesar 0,89.
- 9) validitas
validitas sebesar 0,76.

c. Kelincahan

Untuk mengetahui kelincahan pemain, maka tes yang akan di uji menggunakan Tes *Dodging Run* (Ismaryanti, 2008:53). Tes *Dodging Run* untuk mengukur kemampuan mengubah arah berlari. Hasil tes dicatat waktu tercepat dari tiga kali kesempatan. Berikut gambar pelaksanaan *dodging run test*:



Gambar 13. Pelaksanaan *Dodging Run Test* (Ismaryanti, 2008:53).

Pelaksanaan tes:

1) tujuan

untuk mengukur kelincahan seseorang

2) alat/perlengkapan

- a) garis *start* sepanjang 1,83 meter. Rintangan pertama di depan garis *start* sejauh 3,66 meter. Rintangan kedua di depan rintangan pertama 1,83 meter. rintangan ketiga dan ke empat masing-masing sejauh 1,83 meter.
- b) *stopwatch*
- c) *skoon*/marka
- d) pita warna atau lakban untuk membuat garis/tanda pada lapangan
- e) peluit
- f) formulir dan alat tulis

3) pelaksanaan

- a) *testee* berdiri pada garis *start*.
- b) setelah aba-aba “ya” *testee* berlari secepatnya mengintari *skoon* yang sudah diatur letaknya sedemikian rupa dan berhenti/*finish* dekat tempat *start* semula.
- c) waktu tempuh dicatat sebagai data kelincahan.
- d) *testee* diberi kesempatan sebanyak 3 kali percobaan.

4) penilaian

diambil nilai tes yang tercepat dari 3 kali kesempatan dan diambil hasil yang terbaik.

5) reliabilitas

reliabilitas tes ini 0,86.

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik tes dan pengukuran. Tes menggiring bola menggunakan *Zig Zag Test*, tes koordinasi mata-kaki menggunakan *Mitchell test*, dan tes kelincahan menggunakan *Dodging Run Test*. Pelaksanaan dan penilaian disesuaikan dengan pelaksanaan yang ada pada setiap tes untuk mencari hasil tes yang terbaik.

E. Teknik Analisis Data

Sebelum melakukan uji hipotesis data dideskripsikan dengan rumus interval kelas yaitu dengan rumus sebagai berikut :

Sangat tinggi : $X \geq M + 1,5 \text{ SD}$

Tinggi : $M + 0,5 \text{ SD} \leq X, M + 1,5 \text{ SD}$

Sedang : $M - 0,5 \text{ SD} \leq X, M + 1,5 \text{ SD}$

Rendah : $M - 0,5 \text{ SD} \leq X, M - 1,5 \text{ SD}$

Sangat rendah : $X, M - 1,5 \text{ SD}$

Keterangan :

M = Mean

SD = Standar deviasi

Sumber : Anas Sudijono (2013: 42)

Setelah semua data terkumpul dari seluruh responden atau sumber data lain, langkah selanjutnya adalah diuji prasyarat terlebih dahulu. Langkah selanjutnya analisis data, sehingga data tersebut dapat ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis Korelasi *Product Moment*

dari Pearson untuk menjelaskan rerata (*mean*) dan simpangan baku, hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

1. Uji Persyaratan Analisis Data

Suatu data agar dapat dianalisis menggunakan statistik parametrik atau non parametrik, maka perlu dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu. Uji prasyarat dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis sudah memenuhi syarat atau belum, sehingga dapat menentukan langkah berikutnya. Adapun uji prasyarat tersebut adalah uji normalitas dan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data dimaksudkan untuk menguji apakah sebaran data yang digunakan berasal distribusi normal atau tidak. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui kepastian sebaran data yang diperoleh terhadap data yang bersangkutan. Jika ternyata asumsi yang diambil menyimpang bukan saja langkah yang diambil dalam penelitian tidak dapat dipertanggung jawabkan tetapi juga salah. Menguji normalitas dimaksudkan untuk menjamin dapat dipertanggung jawabkannya langkah-langkah statistik selanjutnya, sehingga kesimpulan yang diambil juga dapat dipertanggung jawabkan. Dalam penelitian ini untuk menguji normalitas data digunakan teknik menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* (KS). Uji *Kolmogorov-Smirnov* dapat digunakan untuk keperluan pengujian normalitas. Dengan menggunakan rumus sebagai berikut.

$$D = \text{maksimum}[Sn_1 X - Sn_2 X]$$

Pengujian normalitas menggunakan Uji *Kolmogorov-Smirnov* dibantu dengan *SPSS Statistics 20*. Jika nilai signifikansi tiap-tiap variabel lebih besar dari $\alpha = 0,05$ berarti distribusi datanya normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya linearitas hubungan antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Uji linieritas menggunakan uji F dengan kaidah, jika nilai $p > 0,05$ maka sumbangan kedua variabel dinyatakan linier, sebaliknya jika $p < 0,05$ maka tidak linier. Uji linieritas dalam penelitian ini menggunakan bantuan *SPSS Statistics 20* dan menggunakan persamaan rumus statistik yang dijabarkan oleh Sutrisno Hadi (1987: 14) sebagai berikut.

$$F_{reg} = \frac{RK_{reg}}{RK_{res}}$$

Keterangan:

F_{reg} = nilai garis regresi

RK_{reg} = rerata kuadrat garis regresi

RK_{res} = rerata kuadrat garis residu

Selanjutnya harga F dikonsultasikan dengan harga tabel pada tarif signifikansi 5%. Regresi dikatakan linier apabila F observasi lebih kecil F tabel.

2. Uji Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian untuk membuktikan kebenaran hipotesis yang telah dikemukakan, maka dilakukan pengujian hipotesis. Uji hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas

dengan variabel terikat baik secara sendiri-sendiri maupun bersama-sama. Untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat, dalam menguji hipotesis analisis yang digunakan yaitu analisis regresi ganda dan korelasi. Analisis regresi berganda dilakukan dengan memasukkan tiga buah variabel yang terdiri dari koordinasi mata-kaki (X_1) dan kelincahan (X_2) serta satu variabel terikat yaitu kemampuan menggiring bola (Y). Perhitungan hipotesis menggunakan bantuan aplikasi komputer *SPSS Statistics 20*.

a. Menghitung Koefisien Korelasi Masing-Masing Prediktor

Adapun untuk menghitung koefisien korelasi masing-masing prediktor menggunakan rumus korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson. Adapun rumusan korelasi *Product Moment* adalah sebagai berikut.

$$r_{XY} = \frac{N \cdot XY - X \cdot Y}{\sqrt{N \cdot x^2 - X^2 \cdot N \cdot Y^2 - Y^2}}$$

Keterangan :

r_{XY} : koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N : jumlah kasus

XY : jumlah perkalian antara X dan Y

X^2 : jumlah X kuadrat

Y^2 : jumlah Y kuadrat

X : jumlah X

Y : jumlah Y

(Suharsimi Arikunto, 2006: 170)

b. Uji Keberartian Regresi

Langkah selanjutnya dilakukan dengan menguji keberartian regresi dengan hipotesis (Sudjana, 1996: 380). Adapun rumusnya sebagai berikut:

$$t = \frac{r \sqrt{n-1}}{\sqrt{1-r^2}}$$

Keterangan:

t : keberartian korelasi
r : koefisien korelasi
n : jumlah testi

c. Mencari Koefisien Korelasi Ganda

Korelasi ganda digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi variabel X_1 dan X_2 secara bersama-sama terhadap variabel Y. Adapun rumusnya sebagai berikut.

$$R_{Y(1,2)} = \frac{-a_1 x_1 y + a_2 x_2 y}{y^2}$$

Keterangan:

$R_{Y(1,2,3)}$: koefisien korelasi antara X_1 , X_2 dengan Y

a_1 : koefisien prediktor X_1

a_2 : koefisien prediktor X_2

$x_1 y$: jumlah produk antara X_1 dengan Y

$x_2 y$: jumlah produk antara X_2 dengan Y

y^2 : jumlah kuadrat kriterium Y

(Sutrisno Hadi, 1987: 33)

d. Analisis Regresi Ganda

Untuk menguji hipotesis hubungan koordinasi mata-kaki dengan kelincuhan bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola menggunakan teknik analisis regresi. Perhitungan analisis regresi ganda menggunakan bantuan program *SPSS Statistics 20* dengan uji F, adapun rumusnya sebagai berikut.

$$F_{\text{reg}} = \frac{R^2(N-m-1)}{m(1-R^2)}$$

Keterangan:

F_{reg} : harga F garis regresi

N : cacah kasus

m : cacah prediktor
 R : koefisien antara kriterium dengan prediktor-prediktor
(Sutrisno Hadi, 1987: 26)

e. Uji Signifikansi

Pengujian tingkat signifikansi dari koefisien korelasi yaitu dengan membandingkan hasil r_{hitung} dengan r_{tabel} pada taraf signifikansi 5% atau dengan membandingkan harga p (probabilitas) dari masing-masing koefisien korelasi. Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Uji signifikansi analisis regresi yaitu dengan membandingkan F_{hitung} dengan F_{tabel} pada taraf signifikansi 5% atau dengan membandingkan harga p (probabilitas). Jika $F_{hitung} \geq F_{tabel}$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Demikian sebaliknya, jika $F_{hitung} < F_{tabel}$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

f. Kriteria Penerimaan dan Penolakan Hipotesis

Hipotesis nol (H_0) diterima, bila hasil $r_{hitung} \leq r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sebaliknya hipotesis nol (H_0)

ditolak, bila $r_{hitung} > r_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Untuk uji F, hipotesis nol (H_0) diterima, bila $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Sebaliknya hipotesis nol (H_0) ditolak, bila $F_{hitung} > F_{tabel}$ pada taraf signifikansi 5%, berarti ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Waktu, dan Subjek Penelitian

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP N 1 Mlati yang beralamat di dusun Sanggrahan, desa Tirtoadi, kecamatan Mlati, kabupaten Sleman. Lokasinya cukup strategis karena terletak di daerah pedesaan yang belum terlalu ramai oleh kendaraan besar seperti bus ataupun truk dan didukung oleh sarana yang cukup memadai.

2. Deskripsi Waktu Penelitian

Pengambilan data diberikan waktu selama 3 bulan mulai tanggal 03 Februari 2016 sampai dengan 4 Mei 2016 dan pelaksanaannya sebagai berikut:

- a. Pengambilan data koordinasi mata-kaki tanggal 8 Maret 2016.
- b. Pengambilan data kelingcahan dengan dodging tes dilakukan pada tanggal 15 Maret 2016.
- c. Pengambilan data kemampuan menggiring bola dilakukan tanggal 22 Maret 2016.

3. Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Mlati yang beralamatkan di Sanggrahan, Tirtoadi, Mlati, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Subjek penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola yang berjumlah 30 orang.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola SMP Negeri 1 Mlati yang mengikuti ekstrakurikuler sepakbola. Hasil penelitian tersebut dideskripsikan sebagai berikut.

1. Deskripsi Hasil Penelitian Koordinasi Mata-Kaki

Tabel 2. Statistik Hasil Koordinasi Mata-Kaki

Statistics	
Sss	KOORDINASI MATA-KAKI
Valid	30
Missing	0
Mean	7,4000
Median	7,0000
Mode	6,00
Std.	
Deviation	1,71404
Range	6,00
Minimum	5,00
Maximum	11,00
Sum	222,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif untuk variabel kecerdasan diperoleh nilai Mean =7,400 , Median = 7,000, Mode = 6.00, Minimum = 5,00, Maximum = 11,00, dan Standar Deviasi = 1,71404.

Tabel 3. Deskripsi Hasil Koordinasi Mata-Kaki

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
$X \geq 10$	Sangat baik	5	16,67%
$8 \leq X < 10$	Baik	8	26,67%
$6 \leq X < 8$	Sedang	14	46,66%

$4 \leq X < 6$	Rendah	3	10%
$X \leq 4$	Sangat rendah	0	0
Jumlah		30	100%

2. Deskripsi Hasil Penelitian Kelincahan

Tabel 4. Statistik Hasil Kelincahan

Statistics	
	KELINCAHAN
Valid	30
Missing	0
Mean	1209,2333
Median	1247,5000
Mode	1100,00 ^a
Std. Deviation	190,88969
Range	690,00
Minimum	850,00
Maximum	1540,00
Sum	36277,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Hasil analisis statistik deskriptif untuk variabel kelincahan diperoleh nilai Mean = 1209,2333, Median = 1247.5000, Mode = 1100,00, Minimum = 850,00, Maximum = 1540,00, dan Standar Deviasi = 190,88969.

Tabel 5. Deskripsi Hasil Kelincahan

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
$X \leq 8,17$	Sangat baik	0	0%
$11,71 \leq X < 8,17$	Baik	12	40,00%
$12,89 \leq X < 11,71$	Sedang	6	20,00%
$14,07 \leq X < 12,89$	Rendah	8	26,67%
$X \geq 14,07$	Sangat rendah	4	13,33%

Jumlah	30	100%
--------	----	------

3. Deskripsi Hasil Penelitian Menggiring Bola

Tabel 6. Statistik Hasil Menggiring Bola

Statistics	
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA	
Valid	30
Missing	0
Mean	1885,9667
Median	1913,5000
Mode	1620,00 ^a
Std. Deviation	239,42769
Range	871,00
Minimum	1559,00
Maximum	2430,00
Sum	56579,00

Hasil analisis statistik deskriptif untuk variabel menggiring bola diperoleh nilai Mean = 1885,9667, Median = 1913,5000, Mode = 1620,00 Maximum = 1559,00, Minimum = 2430,00, dan Standar Deviasi = 239,42769.

Tabel 7. Deskripsi Hasil Menggiring Bola

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
$X \leq 16,56$	Sangat baik	9	30,00%
$19,52 \leq X < 16,56$	Baik	10	33,33%
$21,00 \leq X < 19,52$	Sedang	7	23,33%
$22,48 \leq X < 21,00$	Rendah	2	6,67%
$X \geq 22,48$	Sangat rendah	2	6,67%
Jumlah		30	100%

C. Analisis Data

Analisis data digunakan untuk menjawab hipotesis yang diajukan yaitu ada tidaknya hubungan antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola siswa SMP Negeri 1 Mlati. Sebelum analisis data dilakukan, maka perlu terlebih dahulu uji persyaratan analisis yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Hasil uji persyaratan dan uji hipotesis dapat dilihat sebagai berikut:

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Perhitungan uji normalitas data dimaksudkan untuk mengetahui variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran data yang digunakan berasal distribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini untuk menguji normalitas data digunakan teknik menggunakan *SPSS Statistics 20* dengan rumus *Kolmogorov-Smirnov*.

Tabel 8. Uji Normalitas

Korelasi	Taraf Signifikansi (p)	Keterangan
X ₁ dengan Y	0,283	Distribusi Normal
X ₂ dengan Y	0,136	Distribusi Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut dapat dilihat bahwa data dari semua variabel memiliki nilai p (Sig.) > 0,05, maka semua variabel berdistribusi normal dan analisis dapat dilanjutkan.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat bersifat linier (grafik hubungannya membentuk garis lurus). Pengujian linieritas dapat dilakukan dengan menggunakan bantuan *SPSS Statistics 20*.

Tabel 9. Tabel F

Korelasi	F _{Hitung}	Signifikansi (p)	Keterangan
X ₁ dengan Y	1,070	0,561	Linier
X ₂ dengan Y	1,070	0,561	Linier

Berdasarkan hasil uji linieritas tersebut, dapat dikuatkan oleh nilai p (Sig.) > 0,05 sehingga, semua variabel X₁, X₂, tersebut memiliki hubungan yang linier dengan Y. Sehingga, semua analisis prasyarat terpenuhi dan bisa dilanjutkan.

2. Uji Hipotesis

a. Uji Hipotesis Pertama

H₀ : koordinasi mata-kaki memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan kemampuan menggring bola.

H_a : koordinasi mata-kaki memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggring bola.

Tabel 10. Uji Hipotesis Pertama

Korelasi	r _{xy}	Signifikansi	Keterangan
X ₁ dengan Y	0,436	0,016	Signifikan

Berdasarkan nilai probabilitas atau signifikansi dari tabel di atas diketahui hubungan antara koordinasi (X_1) dengan kemampuan menggiring bola (Y) nilai signifikansi $0,016 < 0,05$ dan nilai r_{xy} 0,436, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi Mata-Kaki (X_1) dengan Kemampuan menggiring bola (Y).

b. Uji Hipotesis Kedua

H_0 : kelincahan memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan kemampuan menggiring bola.

H_a : kelincahan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola.

Tabel 11. Uji Hipotesis Kedua

Korelasi	r_{xy}	Signifikansi	Keterangan
X_2 dengan Y	0,528	0,03	Signifikan

Berdasarkan nilai probabilitas atau signifikansi dari tabel di atas diketahui hubungan antara kelincahan (X_2) dengan kemampuan menggiring bola (Y) nilai signifikansi $0,03 > 0,05$ dan nilai r_{xy} 0,528, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara kelincahan (X_2) dengan kemampuan menggiring bola (Y).

3. Analisis Uji Hipotesis dengan Regresi Ganda

H_0 : Koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan kemampuan menggiring bola siswa SMP Negeri 1 Mlati yang mengikuti ekstrakurikuler .

H_a : Koordinasi mata-kaki dan kelincahan secara bersama memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola siswa SMP Negeri 1 Mlati yang mengikuti ekstrakurikuler.

Tabel 12. Uji Hipotesis dengan Regresi Ganda

F_{regresi}	Signifikansi (p)	Persamaan Regresi	Sumbangan
10,834	0,03	$Y = 1804,611 - 0,131X_1 + 0,663X_2$	27,9%

1) Analisis Regresi Ganda

Berdasarkan tabel, signifikansi $0,03 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, kedua variabel bebas (koordinasi mata-kaki dan kelincahan) secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola.

Persamaan regresi yang terbentuk adalah $Y = 1804,611 - 0,131X_1 + 0,663X_2$. maka variabel Y bernilai 1804,611. Jika X_1 berkurang nilai satu satuan maka Y berkurang 0,131 dengan X_2 tetap. Jika X_2 bertambah nilai satu satuan maka Y bertambah 0,663 dengan X_1 bernilai tetap. Koefisien korelasi antara kriterium Y dengan ketiga prediktor (X_1, X_2) adalah sebesar 0,528.

- 2) Keberartian atau signifikansi koefisien korelasi ganda, dilakukan dengan menggunakan harga F. Dari analisis korelasi ganda diperoleh F_{hitung} sebesar 10,843, kemudian dikonsultasikan dengan F_{tabel} . Ternyata harga $F_{hitung} > F_{tabel}$, berarti korelasi gandanya signifikan.
- 3) Nilai koefisien determinasi (R^2) pada analisis regresi ganda dua prediktor adalah sebesar 0,279. Artinya, memiliki hubungan sebesar 27,9% dengan kemampuan menggiring bola dan 72,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

D. Pembahasan

1. Hubungan antara Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mlati

Hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola, hasil ini ditunjukkan berdasarkan uji korelasi Pearson dengan nilai r_{xy} 0,436 dan nilai signifikansi $0,016 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara Koordinasi mata-kaki (X_1) dengan kemampuan menggiring bola (Y). Nilai koefisien determinasi (R^2) pada analisis antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola adalah 11,7%.

Berdasarkan pernyataan tersebut serta dilengkapi dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa siswa yang memiliki koordinasi yang baik maka gerakan menggiring bola dapat dilakukan dengan baik dan lancar namun sebaliknya, koordinasi mata

kaki yang buruk juga mempengaruhi kemampuan menggiring bola menjadi tidak lancar. Dengan demikian hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki penting dimiliki dan ditingkatkan oleh setiap siswa untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mlati.

2. Hubungan antara Kelincahan dengan Kemampuan Menggiring Bola Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mlati

Hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan (X_2) dengan kemampuan menggiring bola (Y) nilai r_{xy} 0,528 dan nilai signifikansi $0.03 < 0.05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara kelincahan (X_2) dengan kemampuan menggiring bola (Y). Nilai koefisien determinasi (R^2) pada analisis antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola adalah 16,2%.

Berdasarkan pernyataan tersebut serta dilengkapi dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kelincahan yang baik maka gerakan menggiring bola dapat dilakukan dengan baik dan lancar namun sebaliknya, kelincahan yang buruk juga mempengaruhi kemampuan menggiring bola menjadi tidak lancar dan kurangnya kelincahan akan berdampak pada kecepatan menggiring bola. Dengan demikian hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kelincahan penting dimiliki dan ditingkatkan oleh setiap siswa

untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Mlati.

3. Hubungan antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Mlati

Berdasarkan uji regresi ganda, maka diperoleh Persamaan regresi adalah $Y = 1804,611 - 0,131X_1 + 0,663X_2$. maka variabel Y bernilai 1804,611. Jika X_1 berkurang nilai satu satuan maka Y berkurang 0,131 dengan X_2 tetap. Jika X_2 bertambah nilai satu satuan maka Y bertambah 0,663 dengan X_1 bernilai tetap. Koefisien korelasi antara kriterium Y dengan ketiga prediktor (X_1 dan X_2) adalah sebesar 0,528.

Kekuatan hubungan kedua variabel bebas (X_1 dan X_2) terhadap variabel terikat (Y) dapat dilihat pada nilai koefisien, Nilai koefisien determinasi pada analisis regresi ganda 27,9% dengan kemampuan menggiring bola dan 72,1% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti misalnya kondisi lapangan, intensitas latihan, kecepatan, daya lentuk, daya tahan, keseimbangan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola siswa SMP N 1 Mlati yang mengikuti ekstrakurikuler. Hal ini diketahui berdasarkan besarnya nilai r_{xy} 0,436 dan nilai signifikansi $0,016 < 0.05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Nilai koefisien determinasi (R^2) pada analisis antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola adalah 11,7%.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola siswa SMP N 1 Mlati yang mengikuti ekstrakurikuler. Hal ini diketahui berdasarkan besarnya nilai r_{xy} 0,528 dan nilai signifikansi $0.03 < 0.05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Nilai koefisien determinasi (R^2) pada analisis antara kelincahan dengan kemampuan menggiring bola adalah 16,2%.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara antara koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan kemampuan menggiring bola siswa SMP N 1 Mlati yang mengikuti ekstrakurikuler.. Hal ini diketahui berdasarkan besarnya signifikansi $0,016 < 0.05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dari analisis korelasi ganda diperoleh F_{hitung} sebesar 10,843, kemudian dikonsultasikan dengan F_{tabel} . Ternyata harga $F_{hitung} > F_{tabel}$, berarti

korelasi gandanya signifikan. Nilai koefisien determinasi (R^2) pada analisis regresi ganda dua prediktor adalah sebesar 0,279. Artinya, memiliki hubungan sebesar 27,9%

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas hasil penelitian ini dapat diimplikasikan sebagai berikut.

1. Menjadi bahan refrensi dan masukan bagi SMP N 1 Mlati khususnya guru yang mengampu ekstrakurikuler sepakbola tentang data koordinasi mata-kaki dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler
2. Menjadi bahan informasi bagi guru penjasorkes dan orang tua siswa tentang faktor-faktor yang dapat mendukung pengembangan peserta ekstrakurikuler.
3. Menambah wawasan dan pengetahuan siswa sehingga dapat mengelola diri untuk berlatih dan mengasah kemampuan.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa. Koordinasi mata-kaki dan kelincahan mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 1 Mlati

Adapun keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian ini antara lain:

1. Dalam pengambilan data kurang maksimal karena lapangan sedang digunakan untuk kepentingan desa dan cuaca sedang musim hujan.
2. Rumput lapangan panjang jadi susah digunakan untuk tes.

3. Bola yang dimiliki ada 10 akan tetapi sudah rusak tinggal 4 yang layak pakai merk bolanya mikasa.

D. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, ada beberapa saran yang dapat disimpulkan yaitu:

1. Dari hasil penelitian ini, yang memberikan materi ekstrakurikuler hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang lain selain koordinasi mata-kaki dan kelincahan.
2. Bagi peneliti berikutnya diharapkan dapat melakukan penelitian terhadap kemampuan menggiring bola dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang lain selain koordinasi mata kaki dan kelincahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rohim. (2008). *Bermain Sepakbola*. Semarang : CV. Aneka Ilmu.
- Anifral Hendri. (2008). *Ekskul Olahraga Membangun Siswa*. Diakses dari www.jambekspres.co.id. pada tanggal 10 Desember 2015, pukul 10.00 WIB.
- Arma Abdoellah. (1984). *Olahraga untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta : Sastra Hudaya.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Jakarta : PT Intan sejati.
- Depdikbud. (1995). *Kurikulum Pendidikan Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdikbud.
- Depdiknas. (2006). *Pengembangan Silabus Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Depdiknas.
- Elisabeth B. Hurelock. (1982). *Psikologi Perkembangan* . Jakarta : Erlangga.
- Gifford. (2002). *Sepakbola Panduan Lengkap untuk Permainan yang Indah*. Jakarta : Erlangga.
- Harsono. (1998). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikolois Dalam Coaching*. Jakarta : CV. Tambak Kusuma.
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta : UNS press.
- John D. Tenang. (2007). *Jurus Pintar Main Bola*. Bandung : PT. Mizan Pustaka.
- Joseph Luxbacher. (1998). *Diktat Pembelajaran Dasar Gerak Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- M. Sajoto. (1998). *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Ngatman. (2007). *Kriteria-Kriteria Penyusunan Alat Evaluasi Dalam Pengajaran Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Sadjono. (1982). *Pedoman Mengajar Permainan Sepakbola*. Yogyakarta : FIK IKIP Yogyakarta.
- Soekatamsi. 1984. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta : Tiga Serangkai.

- Sudjana. (1996). *Metode Statistik*. Bandung: Tersito.
- Sugihartono, dkk. (2012). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta : UNY Press.
- Sugiyono. (2006). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : CV. Alfabeta.
- _____.(2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Suharno HP. (1993). *Metodologi Pelatihan Yogyakarta* : IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto.(1998). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- _____.(2006). *Manajemen Penelitian*. Jakarta : Asdi Mahasatya.
- _____.(2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. rev.ed. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Sukestiyarno. (2010). *Olah Data Penelitian Berbantuan SPSS (Disiapkan untuk Para Pengolah Data Administrasi dan Para Peneliti)*. Semarang : UNNES.
- Sukintaka. (1991). *Permainan dan Metodik Buku III*. Jakarta : PT Firma Resmana.
- Sutrisno Hadi. (1987). *Analisis Regresi (Cetakan II)*. Yogyakarta : CV. Andi.
- _____.(2002). *Metodologi Research Jilid 3*. Yogyakarta : CV. Andi.
- Syamsu Yusuf LN. (2009). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rodakarya.
- Wawan S. Suherman. (2004). *Kurikulum Berbasis Kompetensi Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek Pengembangan*. Yogyakarta : FIK UNY.
- Yudha M. Saputra. (1999). *Pengembangan Kegiatan Korikuler dan Ekstrakurikuler*. Jakarta : Depdikbud.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 059/UN.34.16/PP/2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

02 Februari 2016.

Yth : Bupati Sleman
cq. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa
Kab. Sleman.

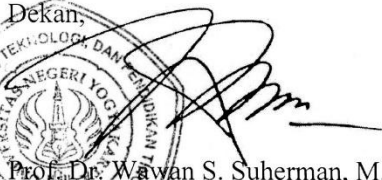
Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahraagaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Rama Saputra.
NIM : 12601244121.
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Februari s.d Maret 2016.
Tempat/obyek : SMP Negeri 1 Mlati.
Judul Skripsi : Hubungan Antara Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Bola dalam Permainan Sepakbola SMP N 1 Mlati yang Mengikuti Ekstrakurikuler Sepakbola.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMP N 1 Mlati.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.



BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 868800, Faksimilie (0274) 868800
Website: www.bappeda.slemankab.go.id, E-mail : bappeda@slemankab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Bappeda / 464 / 2016

**TENTANG
PENELITIAN**

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 45 Tahun 2013 Tentang Izin Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata,
Dan Izin Praktik Kerja Lapangan.
Menunjuk : Surat dari Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kab. Sleman
Nomor : 070/Kesbang/430/2016
Hal : Rekomendasi Penelitian

Tanggal : 03 Februari 2016

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : RAMA SAPUTRA
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 12601244121
Program/Tingkat : S1
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Karangmalang Yogyakarta
Alamat Rumah : Bedingin Sumberadi Mlati Sleman
No. Telp / HP : 085728004242
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul
**HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN
TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN
SEPAKBOLA SMP NEGERI 1 MLATI YANG MENGIKUTI
EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA**
Lokasi : SMP N 1 Mlati Sleman
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 03 Februari 2016 s/d 04 Mei 2016

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 3 Februari 2016

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris

u.b.

Kepala Bidang Statistik, Penelitian, dan Perencana

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Dikpora Kab. Sleman
3. Kabid. Sosial & Pemerintahan Bappeda Kab. Sleman
4. Camat Mlati
5. Kepala UPT Pelayanan Pendidikan Kec. Mlati
6. Ka. SMP N 1 Mlati Sleman
7. Dekan FIK UNY
8. Yang Bersangkutan



ERNY MARYATUN, S.IP, MT

Pembina. /a

NIP 19720411 199603 2 003

Lampiran 2. Surat Keterangan



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAHRAGA
SMP NEGERI 1 MLATI**

Sanggrahan, Tirtoadi, Mlati, Sleman, Yogyakarta 55287

Telepon 08112651682

Website: www.smpn1mlati.sch.id, E-mail: smpn_mlati@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 074/79

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Mlati, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, menerangkan bahwa:

Nama	: RAMA SAPUTRA
NIM	: 12601244121
Program/Tingkat	: S1
Instansi/Perguruan Tinggi	: Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat Instansi	: Karangmalang Yogyakarta
Alamat Rumah	: Bedingin, Sumberadi, Mlati, Sleman

yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 1 Mlati Sleman pada tanggal 03 Februari 2016 s.d. 04 Mei 2016 dengan judul penelitian HUBUNGAN ANTARA KOORDINASI MATA-KAKI DAN KELINCAHAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA DALAM PERMAINAN EKSTRAKURIKULER SEPAKBOLA.




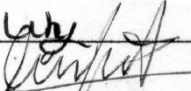
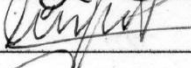
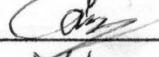
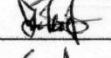



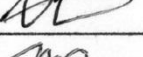
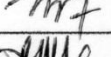

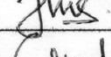
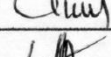
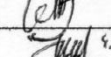
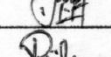
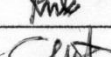
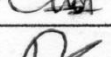
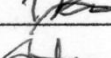

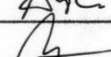
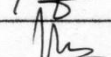


Demikian surat keterangan ini agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Mlati, 23 April 2016
Pdt. Kepala Sekolah,


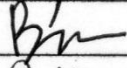
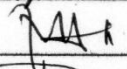
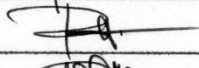

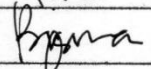
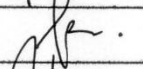
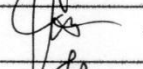
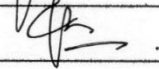
Rini Trimurti MG, S.Pd., M.Hum
Pembina IV/a
NIP. 19630317 198403 2 004



Lampiran 3. Daftar Hadir Peserta Ekstrakurikuler

No	Nama	Kelas	Tanda Tangan
1	Ardian Pramudika	IXD	
2	Surya Agustama	IXD	
3	Andika Setyawan	IXD	
4	Rizki Wahyuni P.	IXD	
5	IMAM RAHARDIAN	IXD	
6	Angga Saputra	IXC	
7	Satrio Bagas MP	IXC	
8	Zelda Setiya Aji	IXC	
9	Dwi Riyanto	IXC	
10	Romi Aulra R	IXC	
11	Muhammad Latif F.	IXC	
12	Rizky Bima M	VIIID	
13	M. Rizky D	VIII D	
14	Dimas Angga Susila	VIII C	
15	Zahwa Arya Eka D	VIII C	
16	Bagas Kushendrawan	VIII C	
17	ARIF TRI WICAKSONO	VII B	
18	Pandu Angrivan	VII B	
19	Kanvardo Puri R.	VII B	
20	Adhimas Agis Y.	VII A	
21	Elmo Zulfikar N.W	VII A	
22	Aditya Erwin E.	VII A	
23	Hendra Agus S.	VII A	
24	Ramadhan Ari S	VII A	
25	Ricki Aldi Duri S	VII A	

S

26.	Alfhero Arya D	VII C	
27.	BIMA P	VII C	
28.	M Royfanga APR	VII C	
29.	NOVA PUTRA P	VII C	
30.	Sapri R S	VII C	
31.	Bisma Aditya B	VIII B	
32.	Ilham R-H	VIII B	
33.	Bagas Kushendram	VIII B	
34.	Dimas Arga Susila	VIII B	

Lampiran 4. Instrumen Penelitian

1. Kemampuan Menggiring Bola

Tes kemampuan menggiring bola dilakukan dengan menggiring bola *Zig-zag* dengan melewati 10 tiang pancang. Dengan jarak 2 meter untuk tiap pancang. Tes melakukan dengan menggiring bola melalui sela-sela pancang. Setelah sampai pada tiang pancang ke-10, bola harus digiring menuju start (Mielke, 2007:8).

Pelaksanaan tes:

1) tujuan

untuk mengukur kemampuan menggiring bola

2) alat/perlengkapan

a) lapangan

b) 10 buah pancang ukuran 2 meter

c) *stopwatch*

d) bola

e) tali panjang 20 meter

f) meteran

g) kapur

h) formulir dan alat tulis

3) pelaksanaan

a) aba-aba “siap” *testee* berdiri dibelakang garis *start* dengan bola siap untuk digiring.

- b) pada aba-aba “ya” *testee* mulai menggiring bola dengan melewati setiap pancang secara urut.
- c) kalau terjadi kesalahan, maka harus diulang di mana kesalahan terjadi.
- d) diperkenankan menggiring bola dengan salah satu kaki atau dengan kedua kaki bergantian.
- e) pada aba-aba “ya” *stopwatch* dihidupkan dan diamati pada saat *testee* atau bolanya yang terakhir melewati garis *finish*.
- f) setiap *testee* diberi 2 kali kesempatan.

4) penilaian

diambil nilai tes yang tercepat dari 2 kali kesempatan menggiring bola yang dicatat sampai persepuluh detik.

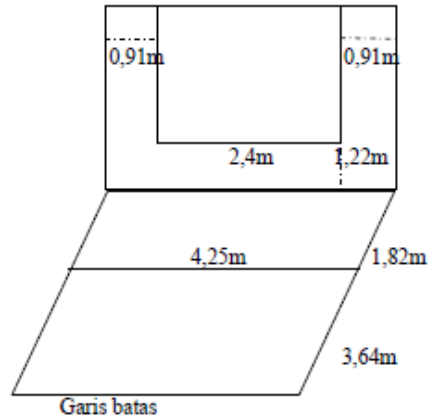
5) reliabilitas

reliabilitas tes ini 0,963.

2. Koordinasi Mata-Kaki

Untuk mengetahui koordinasi mata-kaki pemain, maka tes yang akan diuji menggunakan tes memantulkan bola ke sasaran. Tujuannya yaitu untuk kemampuan mengkoordinasikan antara mata dan kaki pada saat melakukan tendangan pada sasaran. Hasil yang dicapai dalam melakukan sepakan dengan masuk sasaran selama 20 detik dihitung sebagai nilai tes koordinasi mata-kaki. Tes koordinasi mata-kaki dilakukan dengan menggunakan *Mitchell Soccer Tes* yang dikutip oleh (Ngatman, 2001: 25). Tujuan tes ini adalah untuk mengukur koordinasi mata-kaki.

Berikut gambar pelaksanaan koordinasi Mata-Kaki (Mitchel JR Ngatman, 2001: 25)



Gambar 2. Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Kaki (Mitchel JR Ngatman, 2001: 25)

Pelaksanaan tes :

- 1) testi menendang bola ke daerah sasaran setelah tanda atau aba-aba diberikan.
- 2) bola pantul dikontrol, kemudian ditendang kembali secara terus-menerus selama 20 detik.
- 3) saat memantulkan bola dikontrol baik atau anggota bada yang lain diperbolehkan, kecuali lengan.
- 4) jika bola mental jauh harus dikejar, kemudian di bawa ke belakng garis batas dengan mempergunakan kaki(harus di *dribbing*), kemudian ditendang lagi kesasaran untuk melanjutkan tes sampai waktunya habis.
- 5) setiap bola yang menyentuh lengan, skornya dikurangi satu.
- 6) *trial* 3x@ 20 detik (secara berurutan).
- 7) skor akhir adalah jumlah skor dari 3 x *trial*.

8) reliabilitas

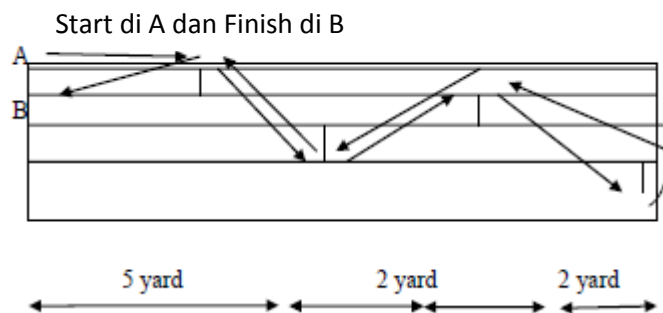
reliabilitas sebesar 0,89.

9) validitas

validitas sebesar 0,76.

3. Kelincahan

Untuk mengetahui kelincahan pemain, maka tes yang akan di uji menggunakan Tes *Dodging Run* (sumber Ismaryati). Tes *Dodging Run* untuk mengukur kemampuan mengubah arah berlari. Hasil tes dicatat waktu tercepat dari tiga kali kesempatan. Berikut gambar pelaksanaan *dodging run test*:



Gambar 3. Pelaksanaan *Dodging Run Test* (sumber Ismaryanti)

Pelaksanaan tes:

1) tujuan

untuk mengukur kelincahan seseorang

2) alat/perlengkapan

a) garis *start* sepanjang 1,83 meter. Rintangan pertama di depan garis *start* sejauh 3,66 meter. Rintangan kedua di depan rintangan

pertama 1,83 meter. rintangan ketiga dan ke empat masing-masing sejauh 1,83 meter.

b) *stopwatch*

c) *skoon*/marka

d) pita warna atau lakban untuk membuat garis/tanda pada lapangan

e) peluit

f) formulir dan alat tulis

3) pelaksanaan

a) *testee* berdiri pada garis *start*.

b) setelah aba-aba “ya” *testee* berlari secepatnya mengintari *skoon* yang sudah diatur letaknya sedemikian rupa dan berhenti/*finish* dekat tempat *start* semula.

c) waktu tempuh dicatat sebagai data kelincahan.

d) *testee* diberi kesempatan sebanyak 3 kali percobaan.

4) penilaian

diambil nilai tes yang tercepat dari 3 kali kesempatan dan diambil hasil yang terbaik.

5) reliabilitas

reliabilitas tes ini 0,86.

Lampiran 5. Data Kasar

1. Menggiring Bola

No	Kelas	Nama Siswa	Percobaan 1	Percobaan 2	Hasil yang Terbaik
1	VIIA	AAY	24.25	21.55	21.55
2	VII A	EZNW	23.30	24.00	23.30
3	VII B	ATW	16.20	17.30	16.20
4	VII B	PA	19.30	19.55	19.30
5	VII B	YDR	16.25	18.30	16.25
6	VII C	AAN	16.35	17.00	16.35
7	VII C	BT	18.36	19.50	18.36
8	VII C	HI	19.06	19.36	19.06
9	VII C	MRAPN	20.30	20.56	20.30
10	VII C	NPP	20.36	21.30	20.36
11	VII D	SR	19.58	20.46	19.58
12	VII D	AYW	21.04	21.58	21.04
13	VII D	MN	16.00	17.25	16.00
14	VII D	MRK	20.56	21.36	20.56
15	VIII A	PUP	19.59	20.08	19.59
16	VIII A	AEYE	16.45	17.50	16.45
17	VIII A	HAS	19.21	20.07	19.21
18	VIII A	MYF	18.06	19.36	18.06
19	VIII A	RAS	19.27	19.39	19.27
20	VIII A	RAD	20.59	20.06	20.06
21	VIII B	BAB	16.20	18.00	16.20
22	VIII B	IRH	20.09	21.07	20.09
23	VIII B	BK	17.44	20.17	17.44
24	VIII B	DAS	18.54	23.10	18.54
25	VIII C	ZAED	17.10	20.58	17.10
26	VIII C	MRD	24.30	24.34	24.30
27	VIII D	RBM	19.50	20.35	19.50
28	IX C	SBMP	15.59	16.05	15.59
29	IX C	AS	16.45	19.46	16.45
30	IX D	SA	16.50	18.30	16.50

2. Koordinasi Mata-Kaki

No	Kelas	Nama Siswa	Percobaan 1	Percobaan 2	Percobaan 3	Hasil yang Terbaik
1	VIIA	AAY	6	5	5	6
2	VII A	EZNW	5	5	6	6
3	VII B	ATW	8	6	6	8
4	VII B	PA	8	7	6	8
5	VII B	YDR	5	5	4	5
6	VII C	AAN	8	7	7	8

7	VII C	BT	8	7	6	8
8	VII C	HI	6	5	4	6
9	VII C	MRAPN	4	4	5	5
10	VII C	NPP	6	5	6	6
11	VII D	SR	7	7	6	7
12	VII D	AYW	7	6	6	7
13	VII D	MN	10	9	7	10
14	VII D	MRK	6	5	6	6
15	VIII A	PUP	6	6	5	6
16	VIII A	AEYE	8	7	7	8
17	VIII A	HAS	8	8	6	8
18	VIII A	MYF	6	5	5	6
19	VIII A	RAS	7	6	6	7
20	VIII A	RAD	7	6	6	7
21	VIII B	BAB	8	8	6	8
22	VIII B	IRH	6	6	5	6
23	VIII B	BK	4	5	5	5
24	VIII B	DAS	7	7	5	7
25	VIII C	ZAED	10	8	8	10
26	VIII C	MRD	9	8	6	9
27	VIII D	RBM	6	6	7	7
28	IX C	SBMP	8	11	8	11
29	IX C	AS	6	7	11	11
30	IX D	SA	10	9	7	10

3. Kelincahan

No	Kelas	Nama Siswa	Percobaan 1	Percobaan 2	Percobaan 3	Hasil yang Terbaik
1	VIIA	AA Y	12.50	13.03	12.55	12.50
2	VII A	EZNW	12.45	13.10	13.35	12.45
3	VII B	ATW	12.55	12.58	13.00	12.55
4	VII B	PA	13.05	13.39	13.50	13.05
5	VII B	YDR	12.19	12.50	13.05	12.19
6	VII C	AAN	9.40	9.57	10.35	9.40
7	VII C	BT	11.20	11.56	12.09	11.20
8	VII C	HI	12.57	13.40	13.50	12.57
9	VII C	MRAPN	13.58	14.35	14.52	13.58
10	VII C	NPP	13.05	13.49	14.05	13.05
11	VII D	SR	13.20	13.46	14.09	13.20
12	VII D	AYW	14.07	16.09	16.25	14.07
13	VII D	MN	9.58	10.38	10.47	9.58
14	VII D	MRK	15.00	16.00	16.45	15.00
15	VIII A	PUP	15.40	16.20	16.50	15.40
16	VIII A	AEYE	10.30	10.48	10.59	10.30
17	VIII A	HAS	13.52	14.00	14.53	13.52
18	VIII A	MYF	14.35	14.57	15.07	14.35

19	VIII A	RAS	13.40	13.56	14.55	13.40
20	VIII A	RAD	15.00	15.46	16.00	15.00
21	VIII B	BAB	9.28	10.45	10.59	9.28
22	VIII B	IRH	13.50	14.49	15.00	13.50
23	VIII B	BK	12.34	12.50	12.58	12.34
24	VIII B	DAS	11.23	11.58	12.30	11.23
25	VIII C	ZAED	10.00	11.00	11.35	10.00
26	VIII C	MRD	11.00	11.23	11.45	11.00
27	VIII D	RBM	11.00	11.13	12.00	11.00
28	IX C	SBMP	9.32	10.00	10.58	9.32
29	IX C	AS	10.24	11.09	11.20	10.24
30	IX D	SA	8.50	9.23	10.35	8.50

Lampiran 6. Analisis Data

1. Koordinasi Mata-Kaki

Statistics		
		KOORDINASI MATA-KAKI
N	Valid	30
	Missing	0
Mean		7,4000
Median		7,0000
Mode		6,00
Std. Deviation		1,71404
Range		6,00
Minimum		5,00
Maximum		11,00
Sum		222,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

2. Kelincahan

Statistics		
		KELINCAHAN
N	Valid	30
	Missing	0
Mean		1209,2333
Median		1247,5000
Mode		1100,00 ^a
Std. Deviation		190,88969
Range		690,00
Minimum		850,00
Maximum		1540,00
Sum		36277,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

3. Menggiring Bola

Statistics		
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA		
N	Valid	30
	Missing	0
Mean		1885,9667
Median		1913,5000
Mode		1620,00 ^a
Std. Deviation		239,42769
Range		871,00
Minimum		1559,00
Maximum		2430,00
Sum		56579,00

4. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Unstandardized Residual	Unstandardized Residual
N		30	30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	0E-7	0E-7
	Std. Deviation	215,42682689	203,28022210
	Absolute	,180	,212
Most Extreme Differences	Positive	,180	,212
	Negative	-,077	-,118
Kolmogorov-Smirnov Z		,988	1,159
Asymp. Sig. (2-tailed)		,283	,136

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

5. Uji Lineritas

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
COORDINASI MATA-KAKI * KEMAMPUAN MENGGERING BOLA	30	100,0%	0	0,0%	30	100,0%

Report

COORDINASI MATA-KAKI

KEMAMPUAN MENGGERING BOLA	Mean	N	Std. Deviation
1559	11,00	1	.
1600	10,00	1	.
1620	8,00	2	,000
1625	5,00	1	.
1635	8,00	1	.
1645	9,50	2	2,121
1650	10,00	1	.
1710	10,00	1	.
1744	5,00	1	.
1806	6,00	1	.
1836	8,00	1	.
1854	7,00	1	.
1906	6,00	1	.
1921	8,00	1	.
1927	7,00	1	.
1930	8,00	1	.
1950	7,00	1	.
1958	7,00	1	.
1959	6,00	1	.
2009	6,00	1	.
2030	5,00	1	.
2036	6,00	1	.
2056	6,00	1	.
2059	7,00	1	.

2104	7,00	1	.
2330	6,00	1	.
2425	6,00	1	.
2430	9,00	1	.
Total	7,40	30	1,714

ANOVA Table

				Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KOORDINASI		(Combined)		80,700	27	2,989	1,328	,519
MATA-KAKI *	Between Groups	Linearity		16,225	1	16,225	7,211	,115
KEMAMPUAN		Deviation from Linearity		64,475	26	2,480	1,102	,584
MENGGIRING	Within Groups			4,500	2	2,250		
BOLA	Total			85,200	29			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
KOORDINASI MATA-KAKI * KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA	-,436	,190	,973	,947

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
MENGGIRING BOLA * KELINCAHAN	30	100,0%	0	0,0%	30	100,0%

Report

MENGGIRING BOLA

KELINCAHAN	Mean	N	Std. Deviation
850	1650,00	1	.
928	1620,00	1	.
932	1559,00	1	.
940	1635,00	1	.
958	1600,00	1	.

1000	1710,00	1	.
1024	1645,00	1	.
1030	1645,00	1	.
1100	2190,00	2	339,411
1120	1836,00	1	.
1123	1854,00	1	.
1219	1625,00	1	.
1234	1744,00	1	.
1245	2330,00	1	.
1250	2425,00	1	.
1255	1620,00	1	.
1257	1906,00	1	.
1305	1983,00	2	74,953
1320	1958,00	1	.
1340	1927,00	1	.
1350	2009,00	1	.
1352	1921,00	1	.
1358	2030,00	1	.
1407	2104,00	1	.
1435	1806,00	1	.
1500	2057,50	2	2,121
1540	1959,00	1	.
Total	1885,97	30	239,428

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
MENGGIRING BOLA * KELINCAHAN	(Combined)	1541620,467	26	59293,095	1,472	,427
	Linearity	464080,354	1	464080,354	11,523	,043
	Between Groups Deviation from Linearity	1077540,112	25	43101,604	1,070	,561
	Within Groups	120822,500	3	40274,167		
	Total	1662442,967	29			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
MENGGIRING BOLA * KELINCAHAN	,528	,279	,963	,927

6. Uji regresi

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA	1885,97	239,428	30
KOORDINASI MATA-KAKI	7,40	1,714	30
KELINCAHAN	1209,23	190,890	30

Correlations

		KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA	KOORDINASI MATA-KAKI	KELINCAHAN
Pearson Correlation	KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA	1,000	-,436	,528
	KOORDINASI MATA-KAKI	-,436	1,000	-,699
	KELINCAHAN	,528	-,699	1,000
Sig. (1-tailed)	KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA	.	,008	,001
	KOORDINASI MATA-KAKI	,008	.	,000
	KELINCAHAN	,001	,000	.
N	KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA	30	30	30
	KOORDINASI MATA-KAKI	30	30	30
	KELINCAHAN	30	30	30

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	KELINCAHAN		Stepwise (Criteria: Probability-of-F- to-enter <= ,050, Probability-of-F- to-remove >= ,100).

a. Dependent Variable: KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,528 ^a	,279	,253	206,878

a. Predictors: (Constant), KELINCAHAN

b. Dependent Variable: KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	464080,354	1	464080,354	10,843	,003 ^b
	Residual	1198362,612	28	42798,665		
	Total	1662442,967	29			

a. Dependent Variable: KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA

b. Predictors: (Constant), KELINCAHAN

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1084,611	246,271		4,404	,000
	KELINCAHAN	,663	,201	,528	3,293	,003

a. Dependent Variable: KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA

Excluded Variables^a

Model		Beta In	T	Sig.	Partial Correlation	Collinearity Statistics
						Tolerance
1	KOORDINASI MATA-KAKI	-,131 ^b	-,576	,569	-,110	,511

a. Dependent Variable: KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA

b. Predictors in the Model: (Constant), KELINCAHAN

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	1647,90	2105,16	1885,97	126,502	30
Residual	-296,296	616,422	,000	203,280	30
Std. Predicted Value	-1,882	1,733	,000	1,000	30
Std. Residual	-1,432	2,980	,000	,983	30

a. Dependent Variable: KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA

Lampiran 7. Dokumentasi



Profil SMPN 1 Mlati



Profil SMPN 1 Mlati



Profil SMPN 1 Mlati

Lapangan



Alat-alat



Pemanasan



Tes Dodging Run Tes



Tes Koordinasi Mata-Kaki



Tes Menggiring Bola

